

ప్రకృతి

సాహిత్య సమీక్షా సమితి ప్రచురించినది

పాఠశాల విషయ సూచిక



10-4-1943

విద్యుత్ ప్రచురణ

ఏప్రిల్

1943

జి

సంవత్సర చందా

రూ 3-0-0

బె జ వా డ

సుఖసంసారము	...	97
మీకు నైద్యసలహా కావలెనా?	...	101
ఆహారానికి సంబంధించిన వివరములు	...	104
ప్రకృతి నైద్యము	...	105
ఎనిమా	...	107
పాలు - అంతర్వ్యాసములు	...	111
పెనిమిటా - పిశాచమా?	...	113
11 వ ప్రకృతి నైద్య శిక్షాశిబిరము	...	121
కనీనికా నిదానము	...	122
విజయానికి మీ తోడ్పాటు	...	126

ప్రకృతి

సంకీర్తన: ప్రవైద్య మాసపత్రిక
బెజవాడ.

ఈ ప్రకృతి వ్యాధి - ప్రవైద్య మాసపత్రిక తాత్కాలిక కావ్య సుఖముల
కావ్యములను ప్రవైద్య మాసపత్రిక
అనుభవించుచున్న కారణము
భూమిమీదనే స్వర్ణమును అనుభవించుచున్నట్లు, ఈ ప్రకృతి వికరమును, మందులు, ఇంజక్షన్లు అవసరము లేకుండా
ఆర్థికమైనది, తీయ, కష్ట, రాకవులను మొదలగు అనారోగ్యములను కూడా గాలి, సూర్యకిరణములు, జలము,
ఉపవాసము, ఫలవారము, ఆహారమును, ప్రవైద్యము, శస్త్ర, వ్యాధిమును, మద్దన మొదలగు వానివలన నిర్మూ
లించు సులభమున విధానములను తెలుపును.

సంకీర్తన చందా రు 2-0-0 లు మాత్రమే.

అందరూ వైద్యులు కావాలి

ఎందుకు? ఒకరు రోగులు - ఇంకొకరు వైద్యులు అవటం మానవజాతికే లోపం -
అందరూ వైద్యులు కావాలి - రోగాలు హావాలి - ప్రవైద్యధర్మం వ్యాప్తికావాలి.

ఎట్లు? ప్రకృతి గృహవైద్యపాఠములు చదవండి
ఇందు వివర ప్రకృతి చికిత్సానిధానములను గురించి తెలుపు 24 పాఠములు కలవు. ప్రతిపాఠం చివర
ప్రశ్నలు కలవు. ఒక పాఠం చదివి ప్రశ్నలకు జవాబు వ్రాస్తే ఆ జవాబులను దిద్ది పంపుదుము.

ఇంతకంటే మంచి సావకాశం దొరకదు

వెల రు 2-8-0; ప్రకృతి చందాదర్శకు రు 2-0-0. ప్రకృతి కార్యాలయట్రస్టు, బెజవాడ.

ప్రకృతి చికిత్సాగ్రంథములు (ప్రకృతి చందాదర్శకు చొకధరలు)

సూర్యకిరణచికిత్సాగ్రంథములు		వెల		ఇతరులకు చందాదర్శకు	
	ఇతరులకు	చందాదర్శకు		0 20	0 10
* సునిశితవైద్యం	4 80	8 0	కూనేమహర్షి బోధ	0 06	0 06
ప్రాథమికప్రభాకరం	2 00	8 0	అచార్య శాస్త్రగ్రంథములు		
సరచికిత్స	0 60	4 0	నిర్విచారభావిజీవనము, కొబ్బరిగుండ్లు	1 80	1 00
సరవైద్యమంజరి	0 60	4 0	అచార్యము 1. భాగము	0 120	0 80
వైద్యము	0 60	4 0	డిటా 2. భాగము	0 40	0 30
సూర్యకిరణ చికిత్స	0 60	4 0	చచ్చితిండివలని స్రవ్యాజనములు	0 120	0 80
జలచికిత్సాగ్రంథములు			తెల్లచక్కెరవలని విపత్తు	0 60	0 40
* తొట్టివైద్యము	3 00	8 0	తేనెరు విపత్తుల్యము	0 60	0 40
లక్ష్యజలచికిత్స	0 120	8 0	జంబీర చికిత్స	0 30	0 20
సైక్లియ జలచికిత్స	0 120	8 0	సమరసాచారము, విరుద్ధాచారము శ్రమం	0 20	0 10
తొట్టిస్నాననయనములు	0 60	4 0	అచార్యమౌళిక శస్త్రము	20	0 10
ధారాచికిత్స	0 40	30	అల్యూమినియం పాత్రలు	20	0 10
వేడినీటికాపు, ఉబ్బనపుచికిత్స	0 60	4 0	భోజన విధానము	20	0 20
ఉపవాసము	0 60	4 0	సజీవాచారము	10	0 10
			అచార్యసంస్కరణము	40	0 30

చిరునామా: ప కార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

స హ జ వై ద్య స చి త్ర మా స వ త్రి క

సంపుటము 25

బెజవాడ

సంచిక 4

ఏప్రిలు 1943

సుఖ సంసారము

అంగీరసుడు

కొన్ని సామాన్య విషయములు

మొకటి ప్రకరణములలో యేది యెట్లు చెప్పబడి యుండినను, సామాన్యముగా స్త్రీ పురుషులలో యెవరో ఒక్కరైనను మధ్యరకపు యంత్రీ, వేగ, కాల స్వభావములు గలవారున్నయెడల ఆ రతిని సుఖపరంగా చేసుకునేందుకు అవసరమైనన్ని యెక్కువయుక్తులు చెప్పబడినవి. యంత్రీయు మాత్రీయు మార్పవీలులేనిది. వేగ, కాలములు మార్పుకొనుట, యింగితజ్ఞులు - రసజ్ఞులు నగు శాస్త్రజ్ఞులకు సాధ్యమైనది.

వృషజాతి పురుషుడు, మృగీ, బడబా, హస్తినీజాతి స్త్రీలను యుక్తితో రంజింపగలడు. అశ్వజాతి పురుషుడును అట్లే బడబా, హస్తినీజాతి స్త్రీలను విశేషము నేర్పులేకుండా కొద్ది యింగితముతోనే రంజింపగలడు. మృగీజాతి స్త్రీని బాధ పెట్టకుండా, రంజించుటకు ఇంగితము, యుక్తి, శాస్త్రము రావలెను. శశి జాతి పురుషుడు మృగీజాతి స్త్రీని సులభముగను

బడబాజాతిస్త్రీని ప్రయత్నముతోను రంజించును. హస్తినీజాతిస్త్రీని రంజించుట మిక్కిలి దుర్లభము. శాస్త్రము ఇంగితము, యుక్తియిన్నీ తోపచేసుకున్నానాడా అత డామెను రంజింపలేకనూ పోవచ్చును.

ఇక మృగీజాతిస్త్రీ తప్పితే బడబా హస్తినీజాతి స్త్రీలు, యేజాతి పురుషునైనను యుక్తితోను ఇంగితముతోను రంజింపగలరు. వారికి శాస్త్రము తెలిసి ఊంటే మంచిదేగాని తెలియకున్నానాడా వారు కనిపెట్టి పురుషుని సుఖపెట్టుదురు. మృగీజాతి స్త్రీ మాత్రము యెట్లో శశ, వృషజాతి, పురుషులను సుఖపెట్టినా అశ్వజాతి పురుషునితోడి సంప్రయోగమునందు ప్రాణమోసము లేకుండా తప్పించుకొనుటకు అమె శాస్త్రమును యెరిగియుండవలెను. ఇట్లే వేగకాలములలో నూడా స్త్రీ పురుషులలో ఒక్కరైనను మందవేగ మధ్యకాలమువారైనయెడల రతి సమరస పరచుకొనవచ్చును. దీనికి నూడా శాస్త్రాధ్యయనము అవసరమే అగుచున్నది. అయితే శాస్త్రము చదువుకొని

కుటుంబములలో గూడా సుఖముంటున్నదే అనే ఆశంక రావచ్చును.

అదృష్టవశాత్తు శ్రీపురుషులు నమ, యంత్ర, వేగ, కాలములవారు కావచ్చును. అందులో ఒక్కరై నను వృష ఒడబా. మండవేగ, మధ్య కాలము, వారు కావచ్చును. సహజవర్జితము (Instinct) వాటి తోడకావచ్చును. అంత మాత్రము చేత శాస్త్రము అనవసరము కాదు.

మొత్తము దాంపత్యములలోను నూటికి 20 భాగములు సమయంత్రమువారే తటస్థపడుచుందురు. నూటికి 70 భాగములు దంపతులలో ఒక్కరై నను మధ్యమవర్జితముగాము గల యంత్రము గలవారు తటస్థపడుదురు. మిగిలిన 10 భాగాలలో గూడా 5 భాగములు అశ్వజాతిగుఱునకును మృగీజాతిస్త్రీకిని దాంపత్యము కుదురును. వారిలోగూడా యంత్రోమంది యుక్తిని, ఇంగితమును తోడుచేసికొని దాంపత్యమును యెలాగో యిచ్చివేయగలరు. నేర్చులేని పురుషునితోడి పొత్తునందు కొందరు మరణింతురు. మిగిలినస్త్రీలు పురుష ద్వేషిణులు అగుదురు. కొందరు యమయాతన సనుభవించుచూ జీవింతురు.

శశజాతి పురుషునకు హస్తీజాతి స్త్రీకి పొత్తు కుదినయెడల సాధారణముగా ఆ స్త్రీ వ్యభిచారముతోనే జీవించును. మగవాడు ఇంగితజ్ఞుడై, స్త్రీ సౌశీల్యముగల కుటుంబములోని దైవయెడల హిస్తీరియా మొదలగు వ్యాధులచే బాధపడుచూ జీవించును. శేషించిన కొద్దిమంది శాస్త్రాన్ని, యింగితాన్ని, యుక్తిని తోడు చేసికొనిగూడా తాము స్వల్ప సౌఖ్యమునే పురుషునినుండి రాబట్టుకొందురు.

ఇట్లే వేగమును గురించి చెప్పవచ్చును. కాని శాస్త్రమెరిగినవారు దీనిని నేర్పుగా మార్చుకొన వీలై నది. యంత్రమువలె మార్పవీలు లేనిది కాదు. ఇంగితము, శాస్త్రము తోడులేని యెడల నూటికి నూరు దాంపత్యములు దుఃఖప్రదంగా చేసుకునేందుకున్నూ, వీలున్నది. సమయంత్రము తోడుపడినా గూడా వేగ కాలసామరస్యములు అవలంబింపని ప్రతి దాంపత్యమూ దుఃఖప్రదమే అవుతుంది. శశ, హస్తినీ దాంపత్యమునందు తప్పితే మిగతా రతములన్నిటిని శాస్త్రము, యింగితముతోడుంటే సుఖప్రదము చేసికోవచ్చును. స్త్రీలను దాంపత్యమునకు యేరుకొనుటలో మేదోవృద్ధి గల వారి కన్న కండరములు గల వారు ప్రణయానికి అనుకూలముగా నుందురు. ఎముకల ప్రోగులకన్న గూడా కండర పుష్టి గలవారే ప్రణయానికి అనుకూలముగా నుందురు. పురుషులకుగూడా యీ నియమమే వర్తిస్తుంది. సంప్రయోగమునందు లాఘవము, బలము గలవారు హృదయరంజనము చేయగలిగి యుందురు.

పురుషులలో ఉన్నత దేహము గలవారును స్త్రీలలో పొట్టిదేహముగలవారున్నూ; పొట్టి పురుషులకన్నను, ఉన్నత మైన స్త్రీలకన్నను; ఎక్కువ సుఖప్రదములుగా నుందురు. పొట్టి స్త్రీలు సంప్రయోగ సౌఖ్యము నొసంగుట యందేగాక శిశుభరణమునందు, శిశుపాలనము నందును, గృహపాలనము నందును, ఒద్దికయందును ఉన్నతస్త్రీలకన్న ఎక్కువ సామర్థ్యము గలిగి యుందురు. కనుక పురుషులను ఉన్నత దేహముగల వారిని, స్త్రీలను

సూక్తి సంసారము

సామాన్యమైన యెత్తుగల వారిని యెన్నుకొనుట మంచిది. మరుగుజ్జులు పనికిరారు.

ఇదివరకు యంత్ర సామరస్యానికి పేర్కొనిన బంధనములే గాకుండా సామాన్యముగా నమయంత్రముగల వారునూ, సమీపస్వభావముగల యంత్రములు గలవారునూ, చమత్కారమునకు అవలంబించే కొన్ని సామాన్య బంధనములు యీ ప్రకరణములో వివరింతును. జయమంగళుడు. గూడా వ్యాఖ్యానము వాస్తూ “ఆలింగనాద్యుపచారా జ్ఞాత రాగయోః, సంవేశన యోగ్యత్వాత్” అన్నాడు. అనగా 10 రకములైన ఆలింగనములు, యెనిమిది విధములైన చుంబనములు మొదలైన దోహదవిశేషములచే రాగము కలిగిన వారికి సంవేశనాధికారము కలుగుట చేత అనియర్థము. రాగములేని వారికి సంవేశనాధికారము లేదని స్పష్టమేగదా.

ఇక చమత్కారము కొఱకు అనగా ఒకే రకము బంధనము వినుగు (Monotony) కలిగింపకుండుటకు యీ క్రింది రకముల బంధనము అవలంబింపబడుచున్నవి. వానిని యింగితజ్ఞుల కొఱకు సంగ్రహముగనే వివరింతును.

1. ఉత్తానకరణంబులు : 1 ప్రక్కపై వెల్లకిల చాచుకొని పరున్న స్త్రీ తొడలపై పురుషుడు పిరుదుల నానించెడియు; (2) ప్రక్కపై వెల్లకిల చాచుకొని పరున్న స్త్రీ పిరుదులను పురుషుడు తన తొడలపై నుంచుకొనియు రతినలిపిన నవి రెండును ఉత్తానకరణంబులగును.

2. స్థితకరణంబులు : (1) స్త్రీ కూర్చున్నప్పుడు ఆమె పిరుదులను పురుషుడు తన తొడలపై నుంచెడియు, (2) కూర్చున్న స్త్రీ తొడలపై

పురుషుడు తన పిరుదుల నానించి కూర్చుండి యే రతి నలిపిన నవి స్థిత అనగా కూర్చుండి కరణంబులు (చేయనవి) అగును.

3. తిర్యక్కరణంబులు : (1) ప్రక్కపై పురుషుడు యెడమ చేతిమీదను, స్త్రీ కుడి చేతి మీదను అభిముఖముగా పరుండియు, ఇట్లే స్త్రీ యెడమ చేతిమీదను పురుషుడు కుడి చేతిమీదను పరుండియు చేయు రతులు తిర్యక్కరణంబులు.

4. ఉత్థితకరణంబులు : స్త్రీ స్తంభమునకు గాని, కుడ్యమునకుగాని ఆని నిలుచున్నప్పుడు, పురుషుడొకటెక్కు అభిముఖముగ నిలిచి చేయురతికి ఉత్థితకరణ మనిపేరు.

5. వ్యానకరణంబులు (1) స్త్రీ గోపురాల వంగి యున్నప్పుడు పురుషుడు ఆమె వెనుక నుండి చేయురతికిని (2) స్త్రీ మొగ్గ వాలి యున్నప్పుడు ఆమెకు అభిముఖముగా నుండి చేయురతికిని వ్యానకరణంబు అనిపేరు.

ఈపైన పేర్కొనిన 9 విధములగు బంధములే గాక పురుషుడు రతిశాంతు డైనప్పుడు అలపుతీర్పుకొనుటకు గాని, పురుషుని విస్మయిని ఆలస్యము చేయుటకు గాని మంచముపై వెల్లకిలపరున్న పురుషుని పై నుండి స్త్రీ చేయు రతికి వివరీత ఉత్తానకరణ మనిపేరు. ఇట్లే స్థితకరణంబులు రెండును ఉత్థితకరణము ఒకటియు, వెరసి నాలుగు స్త్రీ చేయు వివరీతకరణంబులు. ఇవిగాక తిర్యక్కరణంబుల రెంటియందును ప్రత్యేక సంవేశనము (బంధనము)లతో నిమిత్తము లేకయే స్త్రీ వివరీతకరణి నవలంబింపవచ్చును. ఇవి మొత్తము పదిహేను విధములు. మనసు కలసిన స్త్రీ పురుషులు వీని నవలంబించుచునే

యన్నారు. ఇందు స్త్రీ చేయనట్టి విపరీత కరణంబు లారును, పురుషుడు చేయ న్న కరణంబులు రెండును వెరసి యెనిమిది విధము లగు బంధములును గర్భిణి స్త్రీలకును గర్భాశయచ్యుతి యోనిధంగము గల స్త్రీలకు పనికిరావు. రజస్వల, గర్భిణి, బాలెంత, స్థూలదేహులు పురుషాయితమునకు పనికిరారు.

శ్లో॥ స త్యేవత్రా, స ప్రనూతాం
స మృగీం సచ గర్భిణీం
నాయత వ్యాయతాం నారీం
యోజయేత్ పురుషాయితే.

అన్నారు.

వ్యాసకరణంబులలో మొదటిదానియందు విపరీత ధ్వని కలుగుట వలనను, రెండవది మిక్కిలి శ్రమసాధ్యమైన దగుటవలనను మానుటయే మంచిది.

తిర్వక్రరణములందు పురుషుడు స్త్రీకి అభిమఃఖముగా నుండక ఆమె యే చేతిమీద పరున్నదో, తానును ఆచేతిమీదనే పరుండి ఆమె వెనుకనుంచి చేయు రతి సుఖప్రదముగా నుండును. ఇట్టివి వృషజాతి పురుషుడు మృగీ జాతి స్త్రీతోను, ఆశ్వజాతి పురుషుడు బడ బా మృగీజాతి స్త్రీలతోను చేయ ననుకూలముగా నుండును. సంతానము అక్కరలేదను కొనువారు - యిట్టి బంధనము లవలంబింప వచ్చును. ఇట్టిరీతియందు వీర్యము గర్భాశయ ముఖమువరకు చేరక యోనియందే పడి గర్భధారణకు అనుకూలముగాక యుండును.

విపరీతమగు ఉత్తానకరణంబులు - రెంటియందును గూడ గర్భధారణ కాదగిన అనుకూ

ల్యము (Chances) తక్కువగనే యున్నది. స్థితకరణంబులు రెంటియందును, విపరీతస్థిత కరణంబులు రెంటియందునుగూడగర్భధారణకు అనుకూల్యము తక్కువగనే యున్నది. ఉత్థిత కరణంబులందు గర్భధారణము కావచ్చును, కాకనూ పోవచ్చును.

రతి ప్రవృత్తము కాగా యీ విషయము లన్నియు యెవరు మనస్సులో నుంచుకొందురు? అయినను శాస్త్రీయమైన విషయమగుట వలన యింత మాత్రము వ్రాయబడినది.

సుఖసమాప్తి నొందిన, అనగా భార్యాభర్తల కిద్దఱకును భావప్రాప్తిగలిగిన సంప్రయోగము తరువాత చేయవలసిన దేమైనను గలదాయను ఆశంక సహజముగనే గలుగును. లాలన చుంబనాదులతో గాక సంప్రయోగముతోనే మిథునకాండ ఆరంభించువా డెట్టి మూర్ఖుడో, సంప్రయోగానంతరము మాటా పలుకూ లేకుండా యెడముఖముగా పరుండు మూర్ఖుడునూ అట్టివాడే అయియున్నాడు.

పురుషునకు అందఱు అనుకొను చున్నట్లు విస్తృష్టి అయినంతనే ధ్వజభంగము కాదు. ఇంకను కొంతకాలము బిరుదుదనము నిలిచి యుండును. అప్పటికి స్త్రీకి భావప్రాప్తిగలిగినప్పటికిని యింకను కొంతకాలము యంత్రయోగమును కొరుచునే యుండును. అట్టిగాక విస్తృష్టి అయినప్పటికి, పురుషవయవము స్త్రీ వరాంగమున కొన్నినిమిషము లుంచుటవలన యింకొక ప్రయోజనమున్నూ కలదు. స్త్రీ వరాంగమున ఊరిన జీవద్రవములను పురుషవయవమూత్ర రంధ్రముద్వారానే గాక, పోకయొక్క త్వచనుండిగూడ లోనికి పీల్చు

కొనును. ఇందువలననూడ పురుషునకు బలము కలుగును. ఒక విధముగా స్త్రీ దేహమునుండి ఊరిన జీవద్రవములు (hormones) పురుషునకు వాజీకరణ ద్రవ్యముగా పనిచేయును. అందువలన చిరకాలమువరకును ముదిమిరాకుండ నుండుటయే గాక జననేంద్రియములందు జగినియును పాటవమును నిలిచియుండును. తర్వాత సుఖోష్ణముగల నీటితోగాని, చన్నీటితోగాని ఎవరి జననేంద్రియము వారు వేరువేరు ప్రదేశములందు క్షాళనము చేసుకొనవలెను. ఇందువలన శుచిగా నుండుటయు, వస్త్రములు చెడకుండుటయునే గాక చన్నీటివలన జననేంద్రియములు (tone) బలపడును. వేరువేరు చోట్లు లందు అనుటవలన జగుప్ప కలుగకుండుటకు అని అర్థము చేసికొనవలెను. తరువాత చన్నీటితో ముఖపౌష్ట్యశనము, గండూపము (పుక్కిలించి ఉమియుట) చేయవలెను. ఇందువలన ముఖముమీద చెమటపోవుటయేగాక సంప్రయోగకాలమునందు నోటివెంట వెడలి

శ్వాసవలన కలిగిన దుర్గంధమున్నూ హరించును. దాహముగా నున్నచో కొంచెము మంచినీటిని గాని ఫలరసమునుగాని త్రాగుట మంచిది. మంచి తేనెనైనను చప్పరింపవచ్చును. ఇందువలననూడ భాతువులయందు క్షత్తి ఆలస్యములేకుండ చేసుకొనును, తరువాత భార్యాభర్తలు న్నదు భాషణముల చేతను లాలన ఆలింగన చుంబనాదులచేతను తమకు కలిగిన ఆనందమును వెల్లడించు కొనుటకు వినియోగించుకొనవలెను. ఏమనగా సంప్రయోగము బిజినెస్ అనగాయేదో వర్తక వ్యాపారములవలె ముగింపవలసినదికాదు. ఇది మరియొక సంప్రయోగమునకు నాందిగా నేర్పడవలెను. చల్లగాలిలో విశ్రమించుటయు, వెన్నెలరాత్రిలయందు నెన్నెలలోనికి పోవుటయు వాత్స్యాయనము పెక్కినుచున్నాడు. మంచి కథలు చెప్పకొనుటకు, హాస్యాస్త్రముల నర్పణలు, మొదలగు వానికే కాలము వినియోగింపవలెను.

మీకు వైద్యనలహా కావాలనా?

ఈ క్రింది విషయములకు జవాబు వ్రాయండి. ప్రశ్న నెంబరు వేసి జవాబు వ్రాస్తే చాలును, నలహాఫీజ ప్రకృతి చందాదారులకు రు 2-0-0 యితరులకు రు 5-0-0. మీరు వ్రాసే జవాబులన్నియు,

పుచ్చా వెంకటాద్రిమయ్యగారు

ప్రకృతి సంపాదకులు,

దంతలూరు అగ్రహారం - పిడపరూప్రోస్తు

వయా దుగ్గిరాల, గుంటూరుజిల్లా అని

(వ్రాయండి.

1 రోగివేరు, 2 చిరునామా, 3 వయస్సు, 4 స్త్రీ లేక పురుషుడు, 5 ఇప్పుడు పైకి కనపడే రోగలక్షణములు, 6 ఇదివరకు మీరు యెరిగినప్పటినుండియు మీ రోగానికి సంబంధించిన చరిత్ర, 7 మీ తల్లిదండ్రులు జీవించియున్నారా? 8 వారి వయస్సెంత? 9 వారిలో ఒకరు గాని యిద్దరుగాని మరణించి యున్నయెడల వారేరోగముతో మరణించిరి? 10 వారి రోగానికి మీ రోగానికి పోలిక లున్నవా? 11 మీకు బాగుగా నిద్రపట్టునా? 12 కలలతో నిద్ర

భంగమునా? 13 రాత్రి దాహమునా? 14 తెల్లవారు సప్పటికి మూత్ర మెన్నిసారు లగును? 15 పగలు మూత్రము మెన్నిసారు లగును? 16 మూత్రము భారాశముగానగునా? 17 మూత్రబంధమున్నదా? 18 సుద్దకట్టు వడునా? 19 పచ్చసెగ యెప్పుడైనను తగిలి నదా? 20 సవాయి తగిలినదా? 21 తగిలి సయమైనదా? 22 విరేచనము దినమున కెన్ని సారులగును? 23 గట్టిగా నగునా? 24 పలు చగా నగునా? 25 సీళ్ళవిరేచనము లగునా? 26 బంకవడునా? 27 మలబద్ధక మున్నదా? 28 విరేచనములో నులిపురుగులుగాని, యెనిక సాములుగాని వడునా? 29 అపానవాయువులు వచ్చునా? 30 కడుపుతో గుడగుడ మునునా? 31 గ్రహణి అతిసారము యెప్పుడైనను కలిగి నయ్యెనదా? 32 రోగి దేహమున చెమట కలుగునా? 33 పరిశ్రమతో కలుగునా? 34 ఎప్పుడు పట్టితే అప్పుడు చెమట పోయినా? 35 చెమట పోయకుండునా? 36 చర్మము మీద చిలుగుడు, తామర, తీట, చీడ, గజ్జి, కరపాణి, యేనుగగజ్జి, సవాయి పొక్కులు, సెగగడ్డలు, చెమట పొక్కులు మొదలగునవి లేచునా? 37 ఇదివరకు అట్టివి లేచినప్పుడు మందు వాడి నయము చేసిరా? 38 ఏమందు వాడినది చెప్పగలరా? 39 ఎప్పుడైనను జ్వర ములు వచ్చినవా? 40 క్షయనా వాడినారా? 41 ఆయుర్వేదపు మందులతో నయమైనదా? 42 వాంతులు వెళ్ళునా? 43 వికార ముండునా? 44 తల తిరుగునా, 45 తల నొప్పి కలదా? 46 కండ్లమంటలున్నవా? 47 దేహమున మంటలుండునా? 48 దేహములో తిమిరున్నదా? 49 దేహములో పొట్టుగానింగాని యెక్కడ నైనను కలవా? 50

స్వర్ణజ్ఞానము ఎక్కడోనైనను తగ్గియున్నదా? 51 పండ్లవ్యాధులు కలవా? 52 అవి యేవి? 53 కండ్లు మనకగా నుండునా? 54 చెవు డున్నదా? 55 మీరు యెంత యెత్తున్నారు? 56 మీతూక మెంత, పొండ్లలో?

స్త్రీలు యీ క్రింది ప్రశ్నలకుగూడ జవాబు వ్రాయవలెను?

57 నివాహమైనదా? 58 గర్భాధానమైనదా? 59 ఎన్నిసంవత్సరములైనది? 60 భర్తకు తనకు ఆచుకూల్య మున్నదా? 61 సంతానవతియూ? 62 ఎంతమంది సంతానము? 63 వారిచయన్యు? 64 గర్భస్రావము లయినవా? 65 ఎన్ని 66 ఎప్పుడెప్పుడు? 67 పుట్టిన బిడ్డలందరును జీవించియున్నారా? 68 జన్మనిగ్రహ మవలంబించునా? 69 కృత్రిమముగా గర్భ స్రావము కలిగించుకొనినారా? 70 ప్రతి నెల ఋతుమతి యగునా? 71 మైల ఎక్కువ తక్కువలు లేక క్రమముగా వెడలునా? 72 ఋతుమతి అయిన తరువాత యెన్నిదినముల వరకు రజస్సు కనవడుచుండును? 73 శ్వేత కునుమవ్యాధికలదా? 74 రక్తప్రదరమున్నదా? 75 ఋతుశూల కలదా? 76 నడికట్టు యెక్కువగా బిగించునా? 77 పులుపు కారము యెక్కువగా తినునా? 78 దయ్యము పట్టినదా? 79 మూర్ఛకద్దా? 80 అపస్మారమున్నదా? 80 a గర్భాశయచ్యుతి యున్నదా? 80 b ఇదివరకు ఆపరేషను చేయబడెనా? రోగి శిశువైనచో

81 తల్లి పాలా? పోతపోలా? 82 ఎన్నవ నెల? 83 ఆటలమృగ, పొంగు మొదలగునవి కలిగినవా? 84 టీకాలు వేయించినారా? 85 పండ్లు వచ్చినవా? 86 గ్రహణి అతిసారము

కలదా? 87 మలబద్ధకమున్నదా? 88 పిల్ల
లావుగా నుండునా? 89 వయస్సుకు తగిన
పెంపు కలదా? 90 జ్వరములు వచ్చి నయ
మైనవా? 91 చిన్నబిడ్డ గుణము కలిగి
నదా? 92 ఇదివరకు లివరు స్ప్రిక్ వ్యాధి
కలిగినదా? 93 ఏమందు యిచ్చిరి? 94 పిల్ల
యెత్తుకున్నప్పుడు బరువు గా నున్నట్లు
తోచునా? 95 పిల్ల వయస్సుకు మిగిలిన ఆకలి
కలిగి యుండునా? 96 వాంతు లగునా?

పెద్దవారికి - స్త్రీలకు పురుషులకు-
97 కాఫీ, టీ అలవాటున్నదా? 98 నల్లమందు
అలవాటున్నదా? 99 పొగాకు చుట్టగాని, సిగ
రెట్టు, బీడి, పొడుము కీల్ల మొదలగు దుర
భ్యాసము లున్నవా? 100 త్రాగుడున్నదా?
101 జూడము గాని వేకాటగాని వ్యసన
ముగా అవలంబింతురా? 102 ఏవైనను ఆరు
బయట తిరిగి ఆడేఆటలలో ముక్క న
యున్నదా?

సుఖసంసారము

ఒకటవసంపుటము

మీ భార్య

1. మీరు ఇంటికి పోవు నప్పటికి చిరుగిబుస్సు మనుచుండునా?
2. తన కేదో బద్ధకముగా నున్నదని ఆమె చెప్పునా?
3. ఆమెకు నరాలలో అవ్యక్తమైన బాధ కలుగునా?
4. మీయెడ వైముఖ్యము చూపునా?
5. దుర్బలముగా నుండునా?
6. నడుములో నొప్పిగా నున్నదనునా?

సుఖసంసారము చదివితే మీరు వైద్యుని పిలువ నక్కరలేకయే ఆమె రోగమును కుదుర్చు
గలుగుదురు.

250 పుటలు - ఫెదర్స్ యిటు కాకితములపై స్వాంగ సుందరమైన అచ్చు. కొరిది ప్రతులు
అచ్చు అగుచున్నవి. వెంటనే ఆర్డరు యిచ్చిననే యీ గ్రంథము లభించును.

వెల రు 3-0-0 లు. చందాదారులకు వెంటనే ఆర్డరు యిస్తే రు 2-0-0 లు.

ప్రకృతి కార్యాలయ బ్రష్టు, బెజవాడ.

ఆహారానికి సంబంధించిన వివరములు

1 వ ర క ము

అతిసారవ్యాధియందును, తరుణములగు సంధి తోగూడిన జ్వరము లన్నిటియందును మంచి నీటిని మాత్రమే దాహ మైనప్పుడు త్రాగు చుండవలెను.

2 వ ర క ము

జ్వరము, అతిసారము, బాలెంత రోగము, మొదలగు వ్యాధులందు దాహ మైనప్పుడు మంచి నీటిని త్రాగవలెను. మరియు తియ్య నారింజ, బత్తాయి, కమలాఫలములను తిన నీయవలెను.

3 వ ర క ము

గ్రహణికి - కొబ్బరినీరు, నీటితో చేర్చిగాని చేర్చకగాని తేనె, చక్కెరకేళీ అరటిపండు.

4 వ ర క ము

దీర్ఘరోగములందు 2 పూటలా వండిగాని వండకగాని బీర, సార, దోస, దొండ, టామెటో, పొట్లకాయలను, తోటకూర, పొన్నగంటి కూరలను సాధ్యమైనంతవరకు ఉప్పు చేర్చకండాను, లేదా మిక్కిలి స్వల్ప ముగా ఉప్పుచేర్చిగాని.

5 వ ర క ము

ఒకపూట వండివార్చని ముడిబియ్యపు అన్న

మున్నూ, అన్నానికి నాలుగురెట్లు వండి వార్చని కూర.

రెండుమూడు పూటలందు నారింజ కమలా, బత్తాయి ఫలములు- ఇది తీరుణవ్యాధులలో జ్వరము-అతిసారము లేనప్పుడు పనికివచ్చును.

6 వ ర క ము

కాలిక వ్యాధులందు యీ పథ్యము పనికి వచ్చును. ఉదయం సాయంత్రములయందు వండివార్చని ముడిబియ్యపు అన్నమున్నూ అన్నానికి నాలుగురెట్లు వండి వార్చని కూర యున్నూ, మధ్యాహ్నము 4 నారింజ, బత్తాయి కమలాఫలములున్నూ. ఇంతవరకు పథ్యము లందు తిరుగమూత లేదు. 6 వ రకపు పథ్యములో మాత్రము వండినకూర సేతితో తిరుగబోత వేయవచ్చును.

7 వ ర క ము

వండిన అన్నము 1 భాగము, 4 రెట్లు కూర, కొద్దిగా వెన్న, లవణము, సేతిపోపువేసుకొని తినవచ్చును. వారమునకు 2 తూరులు పప్పు అన్నములో 8-వ వంతు తినవచ్చును. బల శాలురుగా నుండి పనిపాటలు చేసుకొను వారిలో యేదైన స్వల్పబాధ కలిగిన యెడల చికిత్స చేసుకొనునప్పుడు యీ పథ్యము అవలంబింపదగినది.

ప్రకృతి గృహ వైద్య పాఠములు

వివిధ ప చికిత్సావిధానములను గురించి తెలుపు 24 పాఠములును కలిపి ఒకటే బైండుగ అందముగ తయారుచేయబడి, బెజవాడ, “ప్రకృతి కార్యాలయట్ర” నందు అమ్మకమునకు సిద్ధ ముగ నున్నది. ఇది యెల్లరును చదువదగిన గ్రంథము.

అసలు ధర రు 2-8-0

ప్రకృతి చందాదార్లకు రు 2-0-0

క్రిస్తు పుట్టక పూర్వము 400 సంవత్సరముల క్రితమే హిపోక్రిటీసు ప్రకృతియే సర్వరోగముల నయముచేయగలదని చెప్పినాడు. ఆ మహానుభావుడు చెప్పిన సిద్ధాంతములనే ప్రకృతివైద్యనూత్రములనుచున్నాము. అందువలన హిపోక్రిటీస్ ప్రకృతి వైద్యశాస్త్ర పితామహుడనవచ్చును. నేడు వైద్యకళాశాలలలో చెప్పు శాస్త్రమునకును, హిపోక్రిటీసుచెప్పిన సిద్ధాంతములకును, ఏమియు సంబంధము లేదు.

మనము తినిన ఆహారపదార్థములో అరగక మిగిలిపోయిన భాగము దేహములో నిలిచిపోవుటవలన దేహవ్యాపారము సక్రమముగా జరుగదు. దేహవ్యాపారమునకు యిబ్బంది కలుగు గాన ప్రకృతి యీ అరగని పదార్థమును బయటకు పంపుటకు ప్రయత్నము చేయును. రోగపదార్థమును బయటకు పంపుటకు ప్రకృతి చేయు ప్రయత్నమే తరుణవ్యాధి యని ప్రకృతి వైద్యులు అడినుండి చెప్పుచునే ఉన్నారు.

ప్రకృతివైద్యము 1829 వ సంవత్సరములో బయలుదేరినది. జర్మనీదేశస్థుడగు ప్రిన్సిట్జ్ యీ ఉద్యమమును మొదలుపెట్టెను. పైలిషియను కొండలలో ఆరోగ్యనదనమును యేర్పాటు చేసి చిన్నిటితో అనేకమంది రోగములు కుదిర్చెను.

ప్రిన్సిట్జ్ లేపదీసిన ఉద్యమమును స్క్రాత్ బలపరచెను. లిండెలైజులో ఆరోగ్యనదనమును యేర్పాటుచేసి అనేకమందిని రోగవిముక్తుల చేసెను. ప్రిన్సిట్జ్ చిన్నిటితోనే

రోగముల నయముచేసెను. స్క్రాత్ మరొక అడుగు ముందుకు వేసి చిన్నిటితో బాటు గొంగళిచుట్టలను వేసి రోగముల నయము చేసెను. ఆహారవిషయములో కూడా చాలా శ్రద్ధ తీసికొనెడివాడు.

బర్నేరియా నివాసి యగు నీప్ కూడా స్క్రాత్ సమకాలికుడే. ఈయన జలచికిత్సను గూర్చి తన అనుభవముల ప్రచారము చేసి యేబది సంవత్సరములపాటు మానవకోటికి సేవచేసెను. చిన్నిటితో రోగములు నయ మగునని చెప్పి నందున 18 పర్యాయములు జైలుకు వెళ్ళిన డా. బెనిడిక్టు లిట్టు నీప్ శిష్యుడోటిలోనివాడే. ఆర్నాల్డు రిస్కి, లూయీకూనే, ఆర్.డి.ట్రూత్. హెన్రీ లిండెహార్ మొదలగు వైద్యవరు లందరును ప్రకృతివైద్యప్రచారమునకై తమ జీవితముల ధారపోసిరి. వీ రందరు చెప్పిన దేమంటే 'ప్రతిమానవునిలోను దైహిక, మానసిక, నైతికశక్తులు మూడును గలవు. ఈ మూటిని సమన్వయముచేసి, లోక మంతట వ్యాపించిన విశ్వత్రుతితో కలుపుటయే మనము చేయవలసిన పని.

మందు వైద్యులు చెప్పు సూక్ష్మజీవి సిద్ధాంతమునకును, వీనుగుల కాల్జీలలో జరుగు కోతలకును, ప్రకృతి వైద్యమునకును యేమియు సంబంధము లేదు. వేటి తోచిన వాటిదే.

మతమును, వేదాంత శాస్త్రమును ప్రకృతి వైద్యము సమన్వయము చేస్తుంది. అన్ని శాస్త్రములలోని మూలనూత్రములను సమన్వయము చేసి ప్రకృతివైద్యము కర్మయోగమును ప్రబోధిస్తుంది. మనస్సును, దేహమును

యెట్లు అదుపులో నుంచుకొనేది తెలియ చెప్పవలసింది. దేహమును, మనస్సును రెంటినీ అదుపులో నుంచుకొనుట వలన భౌతికమైన రోగము యెంత తేలికగా కుదిరేదీ ప్రకృతి వైద్యము ప్రత్యక్ష ప్రమాణములతో నిరూపిస్తుంది.

దేహములోని అంతరవయవములు తూట్లు పడక, బాగుపడుటకు సరిపోయిన ధాతుశక్తి ఉన్నయెడల యే కాలికరోగమైనా యెంత త్వరగా కుదిరేదీ ప్రకృతి వైద్యము విపుల పరుస్తుంది. ఆరోగ్యము పడి, అయిదు (రూపాలులు) పెట్టికొంటే వచ్చేది కాదనియు ప్రయత్న పూర్వకముగా సాధించితే వచ్చేదనిన్ని నచ్చచెప్పవలసింది.

డాక్టరు విలియమ్ ఆన్లరుగారు సుప్రసిద్ధమందు వైద్యులు. మన విచ్చు మందుల వలన రోగములు సయమగుట లేదని వీరు నిర్మోగ మాటముగా సెల విచ్చారు. మందువైద్యులు యిది పరిశోధనా ఫలిత మని తలచ వచ్చును. కానీ, ప్రకృతి వైద్యులు 19 వ శతాబ్దము నుండి యీ పాటనే పాడుచున్నారు. మందు వైద్యులు క్రొత్తగా కనుగొనిన దేదియిదేదు. బిల్లి, కూసే, పామల్, ప్లేటన్ మొదలగువారి గ్రంథములే దీనికి సాక్ష్యములు.

స్లిమత్ లో జరిగిన బ్రిటిష్ వైద్య సంఘము వారి సమావేశమునకు అధ్యక్షత వహించిన డా. కాలిన్ యల్. లిండ్సేగా రేమన్నారంటే “జన సామాన్యమునకు మందు వైద్యుల యందుండు నమ్మకము తగ్గిపోవు చున్నది. జనసామాన్యముననే గాక వైద్య విద్యాలకు గూడా మందు వైద్యమునందు నమ్మకము బొత్తిగా లోపించుచున్నది. మందువైద్యము వ్యాపారముగా మారుటవలన యీ గందరగోళము జరుగుచున్నది. రోగము రాగానే యేదో ఒకమందు మ్రింగా లను మూఢనమ్మకము జనసామాన్యములోని కోంతమందికి యింకా ఉన్నది కాబట్టి మన మందుల మ్రింగుచున్నారు గాని మందులలోని గొప్ప తనమువలన మ్రింగుట లేదు. మందుల నిచ్చినందు వలన ఆరోగ్యము కలుటలేదు గాన, జనసామాన్యమునకు మందులలోను, మందు వైద్యవృత్తిలోను నమ్మకము బొత్తిగా పోయినది. దీనినిగూర్చి మన మేమీ ఆశ్చర్యపడ నవసరము లేదు.

ఇంత దూరము చెప్పిన తరువాత ప్రకృతి వైద్యమునకును, మందు వైద్యమునకును గల తేడాను మా చదువరులు గ్రహించక పోరు.

NATURE CURE BOOKS FOR ALL

	Rs.	A.	P.
Practical Nature Cure	4	0	0
Indian Nature Cure	0	10	0
Thoughts on diet	0	8	0
Mortality in India	0	2	0
Yoga Asanas chart	0	5	0
Universal Uncooked Food	4	0	0
Man's Food Unveiled	2	0	0

	Rs.	As.	P.
Mind & Vision	4	0	0
Bate's Principles of			
Eye Treatment	1	0	0

Apply to ;—

Prakriti Karyalaya Trust,

Bezwada.

ఎనిమా

11 ఎనిమా వలన కుదిరే వ్యాధులు

రక్త విషీకరణము

మలము పలుచగా నుండి, చిన్న పేగులో నుండి పెద్ద పేగులోనికి పోయే అంత్యంతః కవాటము తిన్నగా పనిచేయనియప్పు డిది గలుగును. పెద్ద పేగునకు ఆరంభమున దిగువగా నుండే లంబిక యందే అనంత్యము లగు సూక్ష్మజీవు లుండును. పేగులయందలి ఆమత్వచము పూచి యున్నప్పుడును inflamed మలము పేగులయందు నిలచిపోయి మరుగుచున్నప్పుడును అందు మురిగినందున గలిగే విషములు ఆమత్వచములోగుండ రక్తము నందు చేరి రక్తమును విషయుతము చేయును. జీర్ణమండలము నందుండి హృదయము వంకకు పోయే సీరలయందలి రక్తమును పైత్యకోశము శుద్ధిచేసియు, విషములను నమరనపరచియు హృదయములోనికి వంపును. పైత్యకోశము తిన్నగా నున్నంతవరకును యీ విషములు రక్తముతో కలిసి హృదయమునకు చేరి బాధింపవు. కాని యెప్పుడైతే పైత్యకోశము ఖాళీ రోగగ్రస్తమవుతుందో అప్పు డీ విషములు రక్తముతో చేరి హృదయములోనికి ప్రవేశించి శుద్ధరక్తవాహికలలో గూడ నిండుకొనును. కంతమునందుండే థిరాయిడ్ గ్రంథిగూడ రక్తమును శుద్ధిచేస్తుంది. అయితే పైత్యకోశము చేసేటంత చేయక చాలా తక్కువగా శుద్ధిచేయును. అయితే యెప్పుడైతే రక్తముతో విషములు అభినరింప నారంభిస్తే అప్పుడే పైత్యకోశమున్నూ, థిరాయిడు గ్రంథియునూ రోగగ్రస్తమవుతవి.

అందువలన రక్తమునందలి విషములు మూత్రముతోను, చెమటగాను వెడలిపోవ ప్రయత్నము చేయును. అందువలననే మలబద్ధకమున్నవారి చెమట మురికికంపు కొట్టుతూ ఉంటుంది. ఊపిరితిత్తులద్వారా కొన్ని విషములు వెలువడ నారంభిస్తవి. అందువలన శ్వాసగూడా మురికివాసనకొట్టుతూ ఉంటుంది. రక్తవిషీకరణము యెందువలన కలిగిందో నిష్కర్షగా నిర్ణయించుట కష్టమేగాని సాధారణముగా నది మలబద్ధకము వలననే కలుగునని చెప్పవచ్చును. ఈ ప్రకరణమున మలబద్ధకమువలన కలిగిన విషీకరణమునందుకలిగే వ్యాధులును అందు యెనిమా వాడుక వలన నయమైన రోగములచరిత్రలును యీ క్రింద వివరించెదను.

అజీర్ణ వ్యాధులు

తినిన పదార్థములు తిన్నగా జీర్ణము కాక కలిగే దార్బల్యము, నిస్సత్తువ, యెనిమా వాడుకవలన నయమగుట మేము చూచి యున్నాము. ముందుగా మలబద్ధకము నయమగును. తరువాత జీర్ణమండలమునందలి క్రిమిచలనము బాగుపడును. తరువాత జీవనక్రియ (metabolism) వృద్ధియగును. దానితో తినిన పదార్థములు తిన్నగా జీర్ణమై రక్తమాంసాదులుగా మారును. అగ్నిమాంద్యమును, ఆకలి లేమియు, యెనిమా వాడుకవలన వెంటనే కుదురును.

మలబద్ధకము వలన, మలము కుళ్ళి జాతర సిర. (Portal vein) ద్వారా హృదయములోనికి పోవుటవలన, పాండువ్యాధి యేర్పడును.

ఈ యెనిమా చేసి పెద్దప్రేగును శుభ్రపరిచి నప్పుడు రక్తములో ప్రవేశించిన మలము యొక్క పరిమితి క్రమక్రమముగా తగ్గిపోవును. దానితో పాండురోగము కుదురుచున్నది. ఆమవాత వ్యాధులలో తప్పకుండా మలబద్ధకముంటున్నది. మలబద్ధకమును పోగొట్టిన యెడల ఆమవాతవ్యాధులు నయమగును. ఆమవాత వ్యాధులు పీత్రియముగా సంక్రమించునందురు. నిజ మేమనగా పీత్రియముగా సంక్రమించేది ఆమవాతము కాదు. ప్రేగుల యందలి మాండ్యము పీత్రియముగా సంక్రమించును. దానితో ఆమవాతము గూడా వస్తుంది. అందువలన ప్రేగుల యందలి మాండ్యము పోయి తిన్నగా పనిచేయ నారంభించు నేని ఆమవాతము స్వయముగనే కుదురుచున్నది.

వాంతులు

ఎన్నో తూరులు యెనిమా చేసినందువలన వాంతులు నయమైనవి.

జీవరసగ్రంథుల వ్యాధులు

మల సంబంధమగు విషములను రక్తమునుండి విడదీసి వెలువరించు అవయవములలో థిరాయిడు గ్రంథి ఒకటని యిదివఱకే వ్రాసియున్నాను. వెలువరింప సాధ్యము గానంతగా విషములు రక్తములో గలసి అభినరించుచుండునేని థిరాయిడు గ్రంథి చెడిపోయి లా వెక్కును. అట్లే రక్తములో కలసి తిరిగే విషములను వెలువరించునప్పుడు మూత్రపిండాగ్రంథి (Super renal gland) యెంతో పనిచేయును. దాని శక్తికి గూడా మిగిలిన విషములు రక్తములో నుండునేని అదియును చెడిపోవును. అందువలన విషములు

రక్తములోనే ఉండి చర్మతలమునకు చేరి చర్మముయొక్క రంగును చెడగొట్టు చున్నవి. ప్రతీదినమును వరుసగా కొన్ని దినములు యెనిమా చేసిన యెడల యీ వ్యాధి నయమగును.

సాదీ వ్యాధులు

1. తలనొప్పి

కొన్నిదినములు వరుసగా యెనిమా చేసిన యెడల ఎంత మొండి తలనొప్పి అయినా నయమవుతుంది. సామాన్యముగా తరుణముగా వచ్చే తలనొప్పి ఒకటి రెండుతూరులు యెనిమా చేస్తేనే నయమవుతుంది.

2. అరతలనొప్పి

ఇదియును మలబద్ధకము వలననే కలుగుచున్నది. పెద్దప్రేగుయొక్క దిగువభాగము క్రిందికి దిగజారియున్నప్పుడు యిది తప్పక కలుగును. అనేకులకు యెనిమాచేసిన యీ బాధ తగ్గిపోయినది. కాలిక మగు తలనొప్పిచే బాధపడువారికి కొన్ని దినములు వరుసగా రోజుకు రెండుతూరులు చొప్పున యెనిమా చేయుటవలన శాశ్వతముగా తలనొప్పి రాకుండా పోయినది. దీనివలన మనమేమి గ్రహింపగల మనగా, అరతలనొప్పికి ముఖ్యముగా మలబద్ధకమే కారణము.

3. దయ్యము పట్టుట

ఇది నిజముగా మలబద్ధకమువలననే గలుగును. మలబద్ధకము లేకుండా చేసిన యెడల దయ్యము యేమీ చేయకుండానే పారిపోతుంది.

4. మూర్చ

దీనికి గూడా ముఖ్యముగా మలబద్ధకమే ప్రధానకారణమై ఉంటున్నదని వైద్యులనే

కులు వ్రాయుచున్నారు. మలబద్ధకము లేకుండా చేయుటవలన మూర్ఛ యొక్క తీవ్రతయును, సంఖ్యయును తగ్గుచున్నది. కనుక యెనిమా యీ వ్యాధికి గూడా ఉపయోగించును.

5. తలతిరుగుడు

ఎనిమా చేసిన వెంటనే చాలామందికి తలతిరుగుడు రోగము నయమైనది. మలము రక్తములో కలియుటవలననే యీ వ్యాధి కలుగును. కనుకనే యెనిమా తప్పక ఉపయోగించును.

6. తుంటి నొప్పి

తుంటియందుండే నాడియందు పుండువర్పడును. ఇది మలబద్ధకము లేకుండా చేసిననే నయమగును. ఇట్టి వానియందు యెనిమా చేయు మేలు యింతా అంతా కాదు - దీనికి తోడు ఫలరసములు పుచ్చుకొనుచు జీవించిన యెడల కొద్ది కాలములో యీ వ్యాధి శాశ్వతముగా నయమగును. ఇంకే యితర చికిత్స చేసినా గూడా యీ వ్యాధి నయమగుట సంశయస్పదమే.

7. నిద్రలేమి

మలబద్ధకము పోగొట్టుటకు యెనిమా వాడవలయును. దానితో నిద్రలేమి నయమగును.

8. నాడీబాహము

ఎనిమాచేయుచు యుక్తమగు ఆహారవిహారముల నవలంబించిన యెడల యీ సయమగును. ఇదియును మలబద్ధకము వలననే కలుగుచున్నది. కనుక తాత్కాలిక మగు మలమును యెనిమాతో వెలువరించి వేయవలెను. ఏ పదార్థములు తింటే ప్రేగులయందు జగురు తగ్గిపోవునో అట్టి కూరగాయలను ఫల

జాతులను యెక్కువగా తిని, జగురును యెక్కువచేసే ధాన్యజాతులను దుంపలను తగ్గించి తినిన యెడల యీ వ్యాధి తప్పక నయమగును.

మానసిక వ్యాధులు

మలబద్ధకము వలననే సామాన్యముగా అనేక మానసిక వ్యాధులు కలుగుచున్నవి. ఔదాసీన్యము, ఉద్రేకము, అవినీతి విచారము, ధనాదిపిచ్చులు, ఆత్మహత్యావాంఛ, మొదలగు వ్యాధులు కలవారికి ఎక్కురేపరీక్ష చేసిరి. వారికి బేరియం మిలు యిచ్చి ఎక్కురేతో పరీక్షించిరి.

3. రక్తముల రోగులను పరీక్షించిరి,

1. తెలివి తక్కువపిల్లలు

(Dementia praecox)

2. మానసిక స్తబ్ధత (Maniac Depression)

3. దైహిక దోషములచే గలిగిన మానసిక వ్యాధులు (Psycho-neurosis) బేరియం మిలు యిచ్చి X ఎక్కురేతో పరీక్ష చేస్తే, తినిన బేరియంమిలు దేహమునుండి వెడలి పోవుటకు ఆరోగ్యవంతునకు 36 నుండి 48 గంటల కాలము పట్టును. పరీక్ష చేసిన వారిలో నూటికి 80 మంది 48 గంటల కంటె యెక్కువ కాలమునకు గాని బేరియంమిలు దేహము నుండి వెడలి పోలేదు. తెలివితక్కువ పిల్లలకు చేసిన పరీక్షయందు వారి దేహము నుండి బేరియంమిలు సాంతముగా వెడలిపోవుటకు సరాసరి 113 గంటలు పట్టినదనియు, అందులో కొందరికి 360 గంటలకు గాని బేరియంమిలు వెడల లేదనియు వారు కనుగొనిరి. మానసిక స్తబ్ధులను పరీక్షింపగా వారి దేహము నుండి బేరియంమిలు వెడలుటకు సరాసరి 154 గంటలు పట్టెను. అందులో కొందరికి

408 గంటల కాలము వరకును బేరియంమిాలు పెడలి పోలేదు. ఇక మూడవ తరగతి రోగులను పరీక్షింపగా వారి దేహమునుండి బేరియం మిాలు పెడలుటకు సరాసరి 80 గంటల కాలము పట్టెను. అందులో కొందరికి 166 గంటల వరకు బేరియం మిాలు సాంతముగా పెడలిపోలేదు.

ఇందు మొదటి తరగతిరోగులకు కొన్ని నెలలు వరుసగా యెనిమా చేసిరి- అందు నూటికి 17 మంది రోగము నయమాయెను. నూటికి 50 మందికి స్థితి మార్పుపొంది అభివృద్ధి కలిగెను. మానసిక స్తబ్ధతకు కొన్ని మాసములు వరుసగా యెనిమా చేయగా నూటికి 70 మందికి నయ మైనది. 15 మందికి అభివృద్ధి మాత్రము కలిగి నది. మూడవతరగతి రోగులకు వరుసగా కొన్ని మాసములు యెనిమా చేసిరి. అందు నూటికి 80 మందికి రోగ నివారణ మైనది.

రక్తసంబంధమైన వ్యాధులు

మలము పేరుకొని మురిగి అందలి విషములు రక్తములో కలియుటవలననే అసంఖ్యాకము లగు హృదయ రోగములు కలుగును. మల బద్ధకమునందు అపానవాత ముండును. కొన్ని హృదయరోగములు అపానవాతము వలన గూడ కలుగవచ్చును. పాండువ్యాధికి తప్పక మలబద్ధకమే కారణంగా ఉంటుంది. రక్తాభి సరణము చెడిపోయి కాళ్లు చేతులు పాలిపోయి చల్లగా నుండు దశలో గూడ యెనిమా చేయుట వలన రక్తాభిసరణము అభివృద్ధిపొంది చేతులయందును, కాళ్ళయందును రక్తము ఖాగుగా ప్రవహించుటచే నవి తిరిగి పెచ్చ బడిన సందర్భములు గలవు.

'అల్బు' అను నాత డిట్లు చెప్పెను: ఒక రోగికి 51 సంవత్సరముల వయస్సు. చిరకాలముగా

అతని నాడి అక్రమముగా కొట్టుకొనుచుం డెను. ఎనిమా చేసినంత కాలమును, తరువాత కొన్ని గంటల వరకును గూడ అతని నాడి సక్రమముగా నడచుచుండెను. జాతరశ్వాసా శయ నాడి (Pneumogastic nerve) యును స్వతంత్రినాడిమండలమును యెనిమా వలన చలించి హృదయస్పందనమును క్రమపటచినివి.

రక్తపు పోటు కలవారు ప్రతిదినమును రెండు తూరులు చొప్పున యెనిమా చేసికొను చుం దుచేసి వారి రక్తపు పోటు క్రమక్రమముగా తగ్గును. హృదయ గతిని సరిచేయకపోయినను, మూత్రవ్యాధులకు చికిత్స చేయకపోయినను గూడ, యెనిమా చేసిన యెడల రక్తపుపోటు తగ్గుట అనుభవములోని విషయమేను. రక్తపు పోటు ఉన్నపుడెల్ల ప్రేగులలో మలములు నిలువయుండి కుళ్ళుచున్నట్లు మనము గుర్తింపగలము.

మలములో నుండి ఫోల్టెస్టెరాస్ అనే విషము రక్తములో ప్రవేశించుట వలననే రక్తపు పోటు కలుగుచున్నదనియు, ఇట్టివారు నూటికి 71 మంది ఉందరనియు యిటీవలనే పరీక్షించి కనుగొనిరి.

ఎనిమాచేసిన తరువాత పరీక్షింపగా రక్తపు పోటునందు, బ్ల్యూక్లారికి 10 మొవలు 40 m.m. పాయింట్లవరకు తగ్గినట్లు కనుగొనిరి. దీనిని బట్టి తేలితే దేమంటే ప్రేగులయందు మలము కుళ్ళుట వలన రక్తపుపోటు కలుగుచున్నది. అట్లే రక్తపుపోటు తగ్గుటకు హృదయము యొక్క బలము తగ్గుటయే కారణము, దానికి గూడ మలబద్ధకమే కారణముగా ఉంటున్నది. ఎనిమాతో మలమును తీసివేసిన తొడనే హృదయ స్పందనములు బాగుపడి రక్తపు పోటు అభివృద్ధి పొందుచున్నది.

పాలు-అంతర్వ్యణములు

స త్య మ్

1940 సంవత్సరపు ఫిబ్రవరి నెల నాచుగో పాత్ లో W. C. WHITE M.R.C.S, L.R. C. P. గారు పాలవలన అంతర్వ్యణములు పుట్టుచున్న వని చెప్పినారు. ఆ వ్యాసమునే అనువదించు చున్నాము. ఈ విషయమై యింకను పరిశోధనలు జరుగవలెగాన యీ అభిప్రాయమును ప్రమాణముగా తీసికొనక, సాధ్యమైనంతవరకు పాలను నిషేధింప మాచదుపరులు పొరి తులు.

మందులై ద్యులు, ప్రభుత్వమువారు-యిద్దరును పాలను యెక్కువగా వాడమని నిరంతరము ప్రచారము చేయుచున్నారు. ఈ మాటల సాధారణచుకొని వాళ్లు, వీళ్లు అందరూ పాలను విరివిగా వాడమంటున్నారు. పాలు వాడితేనే అన్నిరోగములు పోవునని వాదించు విపరీత వాదులు లేకపోలేదు. Coronet magazineలో మార్చిన్ గారే మన్నారంటే- పాలను యెక్కువగా త్రాగిన అంతర్వ్యణములు యెక్కువగా పుట్టును. పాలను తక్కువ త్రాగిన అంతర్వ్యణములు తక్కువగా పుట్టును. అనలే త్రాగని యెడల అంతర్వ్యణములు అనలేపుట్టవు. ఈ సిద్ధాంతమునకును అపవాదములు లేకపోలేదు. పాలు, మాంసము అంతర్వ్యణముల వృద్ధిచేయు చున్న వనుటకు నిదర్శనములు లేకపోలేదు.

మార్చినుగారు యీ విషయమై పదేండ్లనుండి పెక్కు పరిశోధనల జరిపినారు. వీటి ఫలితముగా యేమని తేల్చుకొన్నారంటే - ఇంతవరకు వెలువడిన నిదర్శనముల బట్టి ఆదిమ

జాతులలోని అమెరికన్ యిండియన్లకు అంతర్వ్యణములు పుట్ట లేదని తెలియు చున్నది. వీరెన్నడును పాలను త్రాగినట్లు నిదర్శనములు లేవు.

సింహశర్వీపములో నివసించువారు పాలను వాడరు. కొబ్బరి, కొబ్బరినీళ్ళనే ఆహారముగా వాడుతారు. వారిలో అంతర్వ్యణములు లేవు. మిగిలిన అన్ని దేశములకన్న అమెరికాలో పాలను యెక్కువగా వాడుతారు. అందులోను New England లో పాలను మరి వాడుతారు. అంతర్వ్యణములలో బాధపడువారు యీ ప్రదేశములో పెచ్చుగా గలరు. పాలను, వెన్నను ప్రతి కాఫీ దేవాలయములోను అందరకూ విధిగా యివ్వవలె నని విస్కోన్సిన్ రాష్ట్రములో శాసనము అమలులో నున్నది. ప్రపంచములోని అన్ని రాష్ట్రములలో కన్న యీ రాష్ట్రములోని మాడిసన్ పట్టణములో ప్రాణబాధితులు యెక్కువగా గలరు. మిన్నెసోటా, ఇయోవా, మిస్సూరి, కాన్సాస్ మొదలగు రాష్ట్రములలో గూడా ప్రాణబాధితులు యెక్కువగా గలరు. ఈరాష్ట్రవాసులు పాలను యెక్కువగా వాడుతారు. ఈ నిదర్శనముల నన్నిటిని బట్టి మార్చిన్ గారేమన్నారంటే పాలను త్రాగని వారికన్న పాలు త్రాగువారే యెక్కువగా ప్రాణములలో బాధపడుచున్నారు.

మెచ్చి కాఫీయేమన్నాడంటే బాల్యము రాష్ట్రములో పిల్లిగడ్డాలవారు యెక్కువగా గలరు. ఈ విషయములో మెచ్చి కాఫీ పొరబడ్డా

డనియే చెప్పాలి. ఎందుకంటే మిగిలిన అన్ని దేశములలో కన్న బాల్కనురాష్ట్రవాసులలో చర్మవ్యాధులు యెక్కువగా గలవు.

చలికాలము, వానకాలము, వేసంగి అను విచక్షణ లేకుండా మామిడి పండును పెద్ద నగరములలో యేకాలములో నైనా తిన వచ్చును. ఇట్లనే ఒక మామిడిపండునే గాక యే పండునైనా యిందుకై తయారుచేసిన ప్రత్యేక యంత్రములలో (refrigerator) లో భద్రపరుస్తారు. ఈ పద్ధతి అమెరికాలో ఎక్కువ వ్యాప్తిలో నున్నది. శ్రీమంతులు యీ పండ్లను ఎక్కువగా ఆరగిస్తారు. పాలతో తయారుచేసిన తినుపదార్థములు మురగకుండా యీ యంత్రములలో భద్రపరుస్తారు. పెర్వ పోర్ట రాష్ట్రములో యీ పద్ధతి అమలులో నున్నది. అంతర్వ్యాపకములు అచ్చటనే యెక్కువగా గలరు. స్విజరులాండు వాసులు వెన్న, మీగడ, పాలను యెక్కువగా ఆరగిస్తారు. అంతర్వ్యాపకములు వీరిలోను హెచ్చుగా గలరు. ఇప్పటివరకు స్కాటు లెండు వాసులు పాలు, వెన్నను యెక్కువగా ఆరగించుట మొదలిడినారు. అంతర్వ్యాపకములు పెచ్చు పెరిగిపోయినారు.

ఇంతేగాక మార్బిన్ గారు యింకా యేమన్నారంటే ఖోలెస్టరోల్ (Cholesterol) వలన అంతర్వ్యాపకములు యెక్కువగుచున్నవి. పాలనుండి ఖోలెస్టరోల్ ప్రధానముగా పుట్టుచున్నది. పాలలోని దాహకమువలన అంతర్వ్యాపకములు పెచ్చు పెరుగుచున్నవి.

ప్రఖ్యాత మందువైద్యులుగూడా యిదే అభిప్రాయమును వెల్లించారు. డాక్టరు జె. పి. నెడర్లాండు గారును ప్రసిద్ధ మందువైద్యులు బోప్టన్ విశ్వవిద్యాలయములో అధ్యాపకులు పెద్దలు పాలను ఆహారముగా తాగినవచ్చునా అను విషయమై పెక్కు పరిశోధనలు జరిపినారు. ఈ పరిశోధనల ఫలితముగా యేమని తేల్చుకొన్నారంటే పెద్దలు పాలను ఆహారముగా సేవించుట వలన టూన్సిలు, ముక్కులోని కొయ్యగండలు, పండ్లజబ్బులు, పిచ్చి, నాడీ వ్యాధులు, అంతర్వ్యాపకములతో బాధపడుచున్నారు.

పిల్లలజబ్బులను గూర్చి పెక్కు పరిశోధనలు జరిపిన బోగర్టుగారుకూడా యిదే అభిప్రాయమును వెల్లించారు. పాలను యెక్కువగా తాగిన పిల్లలు సన్నగాను, పాలిపోయి తెల్లగాను ఉంటారు. కోవర్సభావులు అజీర్ణముతో బాధపడుతారు. మామూలుగా మందువైద్యులు అనుకొన్నట్లు బరువుగాను పొడవుగాను ఉన్నప్పటికిని బలహీనులుగా నుంటారు. ఇంతకీ చెప్పవచ్చిన దేమంటే పసిపిల్లల అవయవములన్నీ పెరగవలె గాన ఆ పెరుగుదలకు పాలు ఉపయోగపడును గాన పాలను పసిపిల్లలకు ఆహారముగాయివ్వవచ్చును. అవయవములు పూర్తిగా పెరిగిన తరువాత మాత్రము పాలను ఆహారముగా వాడరాదు. అంతర్వ్యాపకములు పెద్దలకే వచ్చునుగాని పిల్లలకు రావు. అందు వలన పెద్దలకు పాలను ఆహారముగా యివ్వక పోవుటయే యుక్తము.

పెనిమిటా - విశాచమా?

(సదతి)
కోట శ్రీరాములు

“నే నింతవరకూ ఇటువంటి సంగతులు చదవటం వినుటమే గలిగిందిగాని ఇప్పుడు పృథ్విత్వంగా చూడటం కూడా సంభవించిందని, “అసలు నువ్వు పిల్లను చూచావా?” అన్నాడు కాముడు. “అదేమిటి! నేను మన దేముడి కల్యాణాల కొచ్చినప్పుడు ఆ అమ్మాయి యిక్కడే ఉందిగా! ఆ పిల్లకూతురు కూడా బాబా! బాబా! అంటూ నా దగ్గర కొచ్చి ఒక పూట నాతో ఆనందం తిన్నది కూడానా” అన్నాడు రామమూర్తి.

“బ్రాహ్మణ! నువ్వు వచ్చినప్పుడు ఆ పిల్ల యిక్కడే ఉందిగా” అన్నాడు కాముడు. “పవనిపు సేవప్పుడు పాటలు కూడా పాడింది. కంతం చాలా శృంగారంగా కూడా ఉంది”దన్నాడు మూర్తి.

“స్వాదయం కూడా చాలా మృదువైంది, ఆ అమ్మాయి సంగీతం చెప్పకుండా - నీ కందుకీ పాట! బోగంపిల్లలాగా” అని చలమయ్య అనేప్పటికి ఆ రోజు నుంచే సంగీతం మానేసి ఒక్కగీతంకూడా నోటినుంచి రానియ్యనని ఒట్టుపెట్టుకుందిట. అమ్మ ఒక పాట పాడవ్వు అంటే ఈ నియమం చేత పాడనన్నదిట. దానిమీద అమ్మ భగవద్విషయాల్లో ఈ నీమం పాటిం చుక; ఇతర కార్యాలలో మానేద్దవులే అని బుజ్జించి పాడించింది. ఆ అమ్మాయి ఈశ్వరుడిమీద ఒక కృతి పాడి కళ్లనీళ్లు పెట్టిందని అమ్మ చెప్పిందన్నాడు కాముడు.

మూర్తి:— ఆ అమ్మాయి కాపురానికొచ్చి నాలుగు ఏళ్లయింది కాదా?

కాముడు:— బ్రాహ్మణ, వాళ్ళు మన ఇంట్లో అద్దెకు వచ్చినప్పుడే ఆ అమ్మాయిని తీసుకొచ్చారు. వచ్చిన వెంటనే గర్భిణీ వచ్చి ఆ అడపిల్ల పుట్టింది.

మూర్తి:— చలమయ్య మంచివాడి లాగానే కను పిస్తాడే.

కాముడు:— దరిదుడు. ఆ భార్యకు తప్ప అందరికీ మంచివాడే. ఇచ్చుకాలవాడు.

మూర్తి:— అపిల్ల పేరేమిటి? మరచిపోయాను.

కాముడు:— సత్తిదేవిట. సత్తిమ్మా - సత్తివతి అని కూడా పిలుస్తున్నారు. ఆ అమ్మాయి చాలాగుణవంతురాలు. ఒకసారి మన చెల్లెలులాగా నాన్నదగ్గర కూర్చుని మాట్లాడుతూ ఉంటే నీ కాముసలాయన

కావలసి వచ్చాడేం, అని లోపలికి పిలిచి కొట్టాడుట చలమయ్య. ఆ చేష్టలకు అమ్మకు శివమెత్తి వాడిని పది మందిలో పెట్టటానికి సిద్ధమయింది. కాని నేనే అపాను.

మూర్తి:— అయితే అపిల్ల సౌజన్యానికి వాడి మార్గ త్యానికీ దుఃఖదాంపత్యము ఉంటుంది.

కాముడు:— ఇది ఈశ్వర మాయ ఏమో! మంచి నమృతగా ఉంటాడు మొగుడు, గయ్యాళిగా ఉంటుంది భార్య. అందంగా ఉంటుంది, భార్య. కునిష్టిగా ఉంటాడు భర్త, చలకీగా ఉంటాడు మగడు. మట్టాగా ఉంటుంది భార్య. దయా, సత్వశౌచాలతో ఉంటాడు పురుషుడు. నిర్దయా, అధర్మంతో ఉంటుంది ఆతని స్త్రీ. ఇట్లా మనం ఇద్దరిలోనూ వ్యతిరేకగుణాలు కల వారిని చాలామంది చూడవచ్చు ననుకుంటా.

మూర్తి:— తమ్ముడా! పూర్తిగా ఇదంతా ఈశ్వరుడిమీదా, మాయమీదా నెట్టేయ్యబోక. మనిషి నైజా లే చాలా వరకు కారణం. తన భార్యయొక్క మంచి గుణాన్ని భర్త గుర్తించలేడు. దానికి కారణం ఆ అమ్మాయి తనకు భార్య అయి యుండటమే. భర్త యొక్క మంచితనాన్ని భార్య గుర్తించదు. దానికి కారణం ఆతను మగడై యుండటమే. భార్యలో సరస గుణం ఎక్కువగా ఉంటే, దాన్ని ఆనువర్తన తాను లొంగిపోతా నేమో నని తనలో అరసికత్వాన్ని వృద్ధి చేసి భార్యతో పోటీచేస్తాడు. భర్త ధర్మపరుడైతే భార్య తనలో అధర్మాన్ని లేవత్తిస్తుంది. ఇవన్నీ మనం నాలుకాల ద్వారా చూడటం! మంచి నీతిమంతురాలైన భార్యను చిన్నచూపుచూచి వేశ్యతో స్వర్గం కడతాడోక పండితుడు. నాలుకాంతంలో నువ్వు నాకు భార్య వయి యుండటం చేతనే నీ సుగుణం నేను చూడటం లేదంటాడు.

కాముడు:— చలమయ్య కూడా మనం చెప్పాకో తగినంత దుర్మార్గుడు కాదు.

మూర్తి:— సత్యవతికూడా అంత అవిధేయురాలు కాదేమో!

కాముడు:— అయితే వా రిద్దరికీ ఇట్టి ప్రార్థన కలిగిందే!

మూర్తి:— మొదటిది వాద్దరూ భార్యభర్తలయి యుండటంచేతనూ, రెండవది, పైవాళ్ళవల్లనూ. వేయిపడగలు చదివావుగా? అరుంధతి మొదటిదివాల్లో చర్చ-అరుంధతి తనభర్తమీద జైముఖ్యం చేక తించారు పైవాళ్ళు. తన కాపురాన్ని అందులోంచి లేవనెత్తి స్వర్గం చేసుకున్నాడు భర్తారావు. అట్లాగే పురుషుడు తన సత్తాతో సంసారాన్ని ముఖ్యంతం చేసుకోవాలి.

కాముడు:— చలమయ్య తన చేతిలో ఉన్న స్కూలు కాస్తా తగలేసుకుని బ్రష్టికెక్కి నాటకాల్లో జొరబడి తాను నిరసించిన బోగంపిల్లలను చేతిక్రింద వేసికొని సానిట్రీనాటకం మూడాడు. మంచిపేరు సంపాదించాడు, వేహల్లో కృమీజా చెబుతున్నాడు గుణాల్లో.

ఒకరోజు సత్యమృత్యు “మీరు బోగంపిల్లలతో కలిసి సానిట్రీ నాటకం వేస్తున్నారే! నేనా బోగం పిల్లలకు పాటలో ఏం తగ్గిపోతాను? నాకు సానిట్రీవేషం యిచ్చి మీరు సత్యమంతుడు వేస్తే వాళ్ళకంటే బాగా నటించగలనే” అని అడిగింది. చలమయ్య నోరు మెదల్చలేక రెండు తిట్టి ఊరుకున్నాడట.

మూర్తి:— నిజమే. తనభర్త అట్లా నాటకాల్లో తిరిగి బోగంవాళ్ళతో నేస్తంకడితే ఏ భార్య సహించగలదు! ఆ పిల్ల మంచి సలహా యిచ్చింది. అట్లా చేస్తే ఈ పాటికి ఎంతో ధనం కీర్తి సంపాదించేవాళ్ళు. మొగుడూ పెళ్ళాం సత్యమంతుడూ సానిట్రీ వేస్తున్నారంటే ఎంతోమంది వచ్చి చూస్తారు గూడానూ.

కాముడు:— ఒక సారి చింతామణి వేశారు. చలమయ్య బిల్వమంగళుడు. తెనాలి బోగంది చింతామణి. నాటకం చాలా బాగుంది. సత్యవతి కూడా జెల్లి చూచింది. చలమయ్య రావటంతోనే “తమరు నాటకాలువేసి అందరికీ నీతి బోధించటానికే గాబోలునో! తమ కా నీకులు పనికిరావు గామున్ను! మీరు ఆభినయించిన ఆ బిల్వమంగళుడు ఎట్లా వేశ్యామహంలా పడి చెడ్డాడో చూపించారుగా. మన కథంతా కూడా అట్లాగే జరిపించాలనుకుంటున్నారా? ఇదంతా నా హృదయవేదనతో నచ్చే మాటలుగా ఆడుతున్నా” నంది. చలమయ్య సమాధానం చెప్పలేక రెండు తన్ని రెండు రోజులు యింటికిరాలా.

నాటకాలు పెనక పడినై. తన దుర్గుణాలు తనభార్య చూపటంచేత తన భార్య సద్గుణాలు దుర్గుణాలుగా తాను

ఎన్నుతున్నాడు చలమయ్య. అత నేది అన్నా ఆ అమ్మాయి ఊరుకుంటే-వాగివాగి వాడే ఊరుకుంటాడులే అనిపెంకితనం వహించిందనుకుంటున్నాడు. ప్రతిమాటలోనూ, అపార్థం స్వరంప చేసుకుంటాడు. “రండీ! ఇక భోంచేద్దురుగానీ” అంటే - “ఇంకనుండి మింగి ఊరుమీదికి పోదురుగానీ” అని ఎక్కిరిస్తోంది అనుకుంటాడు. “ఈ ఆణాపెట్టి పూలు తెచ్చిపెట్ట”మంటే నవ్వు తెచ్చి యియ్యక పోయినా నాడబ్బుతోనైనా తెచ్చివ్వ మంటూంది అనుకుంటాడు.

సత్యమృత్యు పెళ్ళికాలమందు 200 రూపాయలు నగలకు చదివించారు. ముత్రప పెంచిన మోహంతో తన మనోవృత్తిడబ్బులోంచి 600 రూపాయలు యిచ్చింది. ఆ సామృతా యిప్పటికి 12,13 వందల యింది. చలమయ్య మాటలకు చేప్పలకూ విసిగి సత్యమృత్యు ఏదన్నా ఒకటి అందా అంటే “బోనులేడబ్బుగలదాన్నని నీకు అనాం. నీకు మగ డంటే ఏదోనమానం” అని నిందించేవాడు. “నాకు ఏ కోశానా అటకుంటి తలంపే లేదు. “న న్నట్లా నిందించటం మెందు”కని సత్యమృత్యు దుఃఖించేది. చిన్న పిల్లయినా మంచి సాంప్రదాయకురాలు.

ఈ విధంగా ఆ దంపతులమధ్య చినికిచినికి పెద్ద వానయి చిన్న పిల్లకాలకగా ఏర్పడి చివరకు అద్దరి యిద్దరి మోసిన ఒక సెలవిఅయింది. చలమయ్య మేనమామ దానికి పాటం ఏర్పరిచాడు. చలమయ్యను తన యింట్లో ఉంచుకున్నాడు గనుక ఇట్లాచెయ్యా, అట్లాచెయ్యా అని పోతానాహమిస్తాడు. దగ్గరఉన్న బస్తీలో మంచిఫలం కొని అందులో పాకవేసుకొని ఉందాం. గనుక నీ పెళ్ళాం నగలసామ్యు తెచ్చుని పోతానాహమిస్తాడు. కొంతవరకు వివేకంగల చలమయ్య మనం నగల కిచ్చింది కొద్దేనాయె. దానికిగాను 14 వందల ఎట్లా తెచ్చుంటానని వెనకాడాడు.

“నీ పెళ్ళాంపేర ఉంటే నీది కాకపోతుందా? నీ భార్యమీద హక్కు ఉన్నప్పుడు దాని డబ్బుమీద మాత్రం నీకు హక్కులేదా? ఆ సామ్యు మనమేమన్నా దుర్బియయోగం చేస్తున్నాం గనుకనా, తీసుకు”రమ్మని బ్రతానిచ్చాడు.

నేనింతవరకు నాటకాల్లో తిరిగి పాటం పాడు చేశానని వాళ్ళకు గురుగిగా ఉంటే పైగా ఆ డబ్బు కూడా యిస్తారా? ఇది సార్థకంలేని ప్రయత్నం” అని కాళ్ళు జాచాడు చలమయ్య.

“మొగపుట్టక పుట్టి ఈ పని - అందులోనూ భార్య ద్వారా - చేసికోలేని జన్మ వృథావృథా అని మేనమామ నిష్పాపెట్టాడు. ఇక చలమయ్య మొండిబండపట్టు పట్టి భార్యతోనూ - అత్తగారితోనూ యుద్ధానికి సిద్ధమవాలని నిశ్చయించాడు, అత్తగారు ఒక రణశౌరికి అని తెలిసికూడా.

ఒకరోజు మధ్యాహ్నం - తన పెళ్ళాం గనక “అడబ్బు నే నియ్యనూ” అంటే వట్ల పగలగొట్టాలనే సన్నాహంతో శేషబైత్రం మంచంకింద పెట్టుకుని సత్తెమ్మని యిట్లా రమ్మని గదిలోకి పిలిచాడు. సత్తెమ్మ వస్తుకుంటూ పిల్లని చంక నేసుకుని “ఉండమ్మా! యివ్వారేదో కాలానికి వివరితం పుట్టింది. పోయెద్దాం రావో” అంటూ గదిలోకి వచ్చింది. వస్తూ “మీనాన్న గారెందుకో యిన్నిరోజులవట్టిమాతి బిగించుకూర్చున్నారని కారణ మేమిటో నువ్వన్నా అడుగమ్మా” అంటూ లోపలికి వచ్చింది.

చలమయ్య తన భార్యయొక్క సుహృద్భయాన్ని - నవ్వు ముఖాన్ని చూచేప్పటికి తనలోని విషపుతనాన్ని కప్పుకోలేక నవ్వాడు. సత్యవతి వెంటనే “ఎందుకో ఆ దొంగనవ్వులు నవ్వటం అడుగమ్మా” అని పిల్ల మీద పెట్టింది.

“సరే లే! నీ వేపాలు కట్టిపెట్టి నే నడిగేదానికి డౌనో - కాదో ఒక్కమాటలో చెప్పు. సోది పనికి రారో”దన్నాడు చలమయ్య.

“నేను వేపాలు కట్టిపెట్టట మేమిటి? ఇంతవరకూ నే నేమన్నా వేపాలు వేశాను గనుకనా, ఇప్పుడు కట్టిపెట్టటానికి? - ఈ దొంగ నేవపుమాట లేమిటో కనుక్కొన్నా” అని పిల్లని తండ్రివేపుకు తిప్పింది.

పిల్ల సమయానికి వచ్చిరాని మాటల్లో తువ్వుతుంది. “ఏడిచారు, నోరుమయ్యం డని నవ్వుముఖంతో ఇద్దరినీ ఆదమాయించాడు, చలమయ్య. చిన్నపిల్ల గావురుమంది. పిల్లని ఓదార్చుకుంటూ లేనికోపం ఆళి నయించి “ఏమిటాదీ? రెరుగని పిల నల్లా గడమాయించటం - ఏదయినా సీను రివోర్నల్లు చేసుకునేందుకు మమ్మని పిలిపించారా ఏమిటి?” అంది సత్తెమ్మ నవ్వుతూ. చలమయ్య - “అక్కడితో అగు! నే నొకమాట అడుగుతా. పెద్దన సోది పెట్టక, డౌనో - కాదో ఒక్కమాటలో సమాధానమియ్యమన్నాడు. “అ! అట్లాగే! మీరూ! ఒక్కటేమాట అడగాలి, నేనూ అట్లాగే సమాధానం చెప్పాలి” అని ఊరకుంది.

“ఏడిచావు కానీ! నీ శేర వడ్డికి తిరుగుతున్న నీ రూపాయిలు తీసుకువస్తావా? రావా? దానితో పని ఉంది” అని లోపల సిగ్గుపడుతున్నా పైకి మొండిగా అడిగాడు. సత్యవతి నిశ్చలబోయి ఏమీ అలోచనలో పడి చివరకు “ఏం పనేమిటి?” అని అడిగింది. చలమయ్య అటుముఖం పెట్టుకుని బస్తీలో స్థలం కొనాలన్నాడు.

“ఒక్క స్థలమేనా - ఇల్లుకూడా వేస్తారా?” అంది. సత్తెమ్మ. ఆ మాటలో తన్ను అవమానిస్తోందని యెంచి చలమయ్య కళ్ళెత్తిచేసి -

“ఇల్లేమిటి? మేడేవేస్తా. నీ అటువంటి షామా కారు చెతులో ఉంటే నా కేం కొదవా?” అన్నాడు.

“నేను షామాకారేమిటి? మీ రిచ్చిన డచ్చేగా మీకు లేని షామాకారితనం నాకేమిటి?” అంది సత్తెమ్మ నెమ్మదిగా.

“ఇంతకీ ఏమి తేల్చా”వన్నాడు చలమయ్య.

“చూడండి! నేను ఎప్పుడైనా మీకు వ్యతి రిక్తంగా ఉంటానా? స్థలంకొని యిల్లు కట్టుకుందామంటే నాకు ఇట్టముండదు! మీ రట్లా కసురుకుంటూ రెండుకూ! ఇప్పుడే నన్ను చెప్పు, చెప్పు అంటే నేనేం చెప్పను? నా మెల్లీది గనుకనా, చప్పున తీసివేతిలో పెట్టటానికి? పెంకం వాళ్ళచేతుల్లో ఉండే - పది కాదాయే - హలనచేతులోకి రావటానికిమా అమ్మా వాళ్ళతో చెప్పి తెచ్చే ఏర్పాటు చేస్తామని తొందర పడకండి. నన్ను నిష్ఠులు తొక్కించకండి” అని దీనంగా మాట్లాడింది.

“నీ సొమ్ముకు ఒకరి అజ్ఞ ఏమిటి? చుండు భట్టుపెళ్ళికి కొండిభట్టు అజ్ఞ” అని సాగించాడు చలమయ్య.

“ఇంతకాలం నుంచీ వడ్డీలకూ సడ్డీలకూ తిప్పుతూ కష్టమూరాలు పడి వృద్ధిచేసిన నాళ్ళ ప్రిమేయమే అవసరం లేదంటారా?” అని నొచ్చుకుంది సత్యవతి.

“అ! తప్పుకుండా. దీనికి ఎవరి సంప్రదింపు అనవవసరం. శాశ్వతం తెచ్చుకోవటమే” అన్నాడు చలమయ్య.

“కొంచెం ధర్మంకూడా ఆలోచించండి... అందరి కష్ట ముఖాలు కూడా కొద్దిగా విచారించాలి. అడబ్బు మా బావదగ్గరే ఉంది. ఎర్రని ఏగాని పుట్టని ఈ సమయంలో అంత మొత్తం కక్కనంటే ఎట్లా బాధపడు

తాడో విచారించండి. చెండు మూడు నెలల్లో పంటలు వస్తవిగా! అప్పుడు తీసుకుందాం. అందరిం సంతోషం పడతామే. అలాగే చింతించండి. నెమ్మదిగా అంది.

“అదంతా అనవసరం. బాప్టెస్మం వచ్చేవరకూ పార్కు మీ ఆగుతుందా? వెంటనే ఆ స్థలం కొనాలి. లేకపోతే మిగిలి పోతుంది? అన్నాడు చలమయ్య చరచరలాడుతూ.

“పోనీ, అది మిగిలిపోతే ఇంకొకటి కొనుక్కుందాం. ఆ మర్నా పడకండి” అంది సత్యవతి.

“ఇక నీ తెలివితేటలు కట్టిపెట్టు. 15 వ తేదీ లోగా డబ్బు తెప్పించావా సతీశ? లేకపోతే ఇక చూడు నీ పాట్లు... కుక్కలు కూడా పడక” అని చాలా లన లేచాడు.

సత్యవతి కొండంత దుఃఖం వచ్చింది. ఆ సునిశిత మైన బుద్ధికి అతులేని పరాధం గలిగింది. గద్దద స్వరంతో “నేనూ మనిషి నే. నన్ను కుక్కతో పోల్చుటానికి, నే చేసిన తప్పుమిటి! నా పేరుతో ఉన్న ఆ వెధవడబ్బును రెండుమూడు నెలల్లో తెప్పిస్తానన్న దేశా! మీరు తొండర పడకండి. నా చేతనైన ప్రియ త్నం చేస్తా. ఈ డబ్బు నా పొంతుం హరించటానికి వచ్చింది,” అంటూ గుడ్డనీరు గుడ్డ క్రుక్కకుంది.

“నీ వెధవనాది మా నెయ్యి - తెప్పించిన తరువాత నాతో మాట్లాడు” అని చలమయ్య లేచివెళ్ళాడు.

2

వెంకటరామస్వామి సత్యవతిని కాలవ వెళ్ళుతూ తీసుకు వెళ్లి “మీ అమ్మ నన్ను ఇకముందు డబ్బు విషయం కబు రంపడదండి. ఇంకవరకు 3-4 సార్లు కబురచేసేటప్పటికి మీ బావకి చాలా కోపం వచ్చింది. ఈ డబ్బు నీ తాతగారి ముల్లెగాదని నీ మొగుడికి ఉత్తరం వ్రాస్తా నంటున్నాడట- ఈ డబ్బు నన్ను ఆరడిపెట్టి తెప్పించి మళ్ళీ నాటకాల్లో నాడి పల్లపు పొలంలాగ తగలపెడ తాడు జాగ్రత్త అని మీ అమ్మమ్మ చెప్పింది. ఏ దన్నా పొలం కొని నీ పేర పెడతారట, గాని స్థలాలకి గిలాలకి నీ మొగుడుకి ఒకడమ్మడి కూడా ఇవ్వరట. మీ అమ్మ చాలా కలుపుగా మాట్లాడింది. మీ నాన్న మాత్రం కాస్తేపు ఏడిచి “పాపం, పసిపిల్ల. అది మాత్రం ఏం చేస్తాంది. దాని మొగుడు అతని తాలూకువాళ్ళు నిలక

నియ్యకపోతే అట్లా కబురంపుతోంది గాబోలు. దాన్ని ఎటువంటి ఇబ్బందులు పెడకున్నారో. యిక్కడను మనకేం తెలుస్తుంది. సరే 10 రోజుల్లో తమ్ముడు ఉప నయనానికి వస్తుందిగా. అప్పుడు మాట్లాడుకుందాం అన్నాడు మీ నాన్న” అంది.

అమాటలు వింటూ సత్యవతి కూర్చోబడి “వదినా! అమ్మా, బావావాళ్ళు అట్లా అంటున్నారు- వీళ్ళ యిక్కడ యిట్లా నిష్ఠలమీద నడిపిస్తున్నారు. వీళ్ళ మధ్య నేను నలిగిపోతున్నా. అటు తల్లితండ్రులూ నాకు కలిగిన బాధ ఏమిటో గమనించరు. ఇటు చేసు కున్న భర్తా నాకు కలిగిన సంతకస్థితి విచారించరు. నే నెట్లా చచ్చేదమ్మా వదినా!” అంటూ ఏడి చింది. “ఏమో నాకు ఆయోమయంగా ఉంది. ఈ వెధవడబ్బు నా పొంతుం తీస్తోందమ్మా” అన్నది. వెంకటరామస్వామి ఓదార్చి యింటికి తీసుకొచ్చింది.

చలమయ్య సత్యవతిని మురికిమాట అంటున్నాడు. చలమయ్య మేనమామకూడా దానిమీదా దీనిమీదా పెట్టి మొగుడుమాటలు వివని గడుగుయిలంజ లనే కాడు. ఆ మాటలు సత్యవతి హృదయాన్ని బద్దలు చేసిన్నా.

బావమరది ఉపనయనానికి తీసుకువెళ్ళటానికి చల మయ్య మామగారు వచ్చాడు. మామగారిని నిర్లక్ష్యంగా చూచి అవమానించాడు చలమయ్య. నా మూలన నా తండ్రికి అవమానం గలిగిందగదా అని సత్యవతి లోపల లోపల హోరన ఏడిచింది.

మొదట “నా భార్యను పంప” అని బిగిశాడు చల. మయ్య. తరువాత ఒక స్నేహితుడు “నీ భార్య డబ్బు లేకలుగుతుందేమో చూడ” అని సలహాయస్తే సత్యవతిని మాత్రం పంపి తానుమాత్రం పడుగుకు వెళ్ళటం మానేశాడు చలమయ్య.

3

సత్యవతి తల్లితో తన ఆస్థలు చెప్పకుని బతి మాలుకుని యెట్లాగన్నా ఆ డబ్బు అవతల పారేసి తనని సుఖంగా కాపురం చేసేట్లు చూడమంది. ఆయన ఏ నాటకాల్లోనో తిరుగుతూఉన్నా ఇంటికి వచ్చి చక్కగా మాట్లాడుతూ ఉంటేనే చాలునని సంతోషిస్తున్నా. నన్నెందుకు దుఃఖంలో ముంచుతావని బతి మాలుకుంది. తండ్రితో “నాన్నా! నన్ను

దయచూచి మీ రందరూ ఒడ్డున పడెయ్యండి” అన్నది. బావతో “ఎట్లాగైనా నాకోసం కష్టమన్నా పడి నా సంసారం నిలవ”మని చేపురించింది.

తల్లి మూర్ఖంగా “చా! నాకడుపున పిచ్చిపిల్లవు పుట్టావు. ఆకాస్తా వాళ్లు మింగి కూర్చున్న తరువాత ఏడుస్తూ కూర్చుంటావా? చెప్పితేనూ వినవు, గృహించనూ లేవు. చలి చచ్చినదానిలాగా పడిఉంటే ఎన్నన్నా అంటారు. మళ్ళీతిరిగి అనటం పార్శ్వంభించావా అంటే వాళ్ళే నోరు మూసుకు పడిఉంటూ”రని బోధించింది. “ఇక నీకు చెప్పుకొన్నందువల్ల లాభంలేదు. నాజీవితం అగచాట్లకు వచ్చిందిలే” అని లోపలికి వెళ్ళి ఏడిచింది సత్యవతి. తండ్రి ఓదార్చి “ధైర్యంగా ఉండిమ్మా! నీ బాధలు నేను చూచివచ్చానుగా. కొంతకాల మృగం. నే నేదో తరణిపాయం చేస్తా”నన్నాడు.

చలమయ్య సత్యవతిని కళ్ళిచ్చే మాటలంటు న్నాడు. సత్యవతి లోపలలోపల కుమలిపోతోంది. ఒక సారి సత్యవతి అన్నం తింటూంటే అందరిలో పట్టుకుని “ఇది ఎవడినోమ్మని గడ్డి తిన్నట్లు తింటున్నావనీ — “ఏదన్నా పొగుకేసుకు తింటే కడుపునిండక పోయిందా” అని నోటికి వచ్చినట్లు తీట్టాడు.

సత్యవతి అన్నం విడచిపెట్టి గదిలోకి వెళ్ళి ఏడుస్తూ మొగుడిచేతులు పట్టుకుని “నన్ను ఊళ్ళపెట్టండి. ఆ డబ్బుమీద నాకు అశుశుండి వాళ్ళదగ్గర దాయలేదండీ. అడబ్బు మిక్కిలిపించాలనే ప్రయత్నిస్తున్నానుగాని వాళ్లు పెంకివాళ్ళలాగా నన్ను...మా నాన్న మాత్రం ఏదో దోవ చెపుతానన్నాడు. చూడండీ! చేసుకున్న మీరు ఏడిపించి - కన్న వాళ్ళూ ఏడిపిస్తే నే నేమయి పోవాటి చెప్పండి” అని ఏడిచింది.

చలమయ్య పెద్దనోరు పెట్టుకుని సత్యవతిని తిడతూ “మీ అమ్మ యిటువంటిది. మీ నాన్న అటువంటి వాడు” అంటూ తిట్టటం మొదల పెట్టాడు. సత్యవతి ఏడుస్తూ “వాళ్ళనెందుకు నా మూలంగా తిడతారు, నే నుట్టింది వాళ్ళని తిట్టించటానికేనా? అనే నేమిటో నన్నే అనండి, దండించండి” ఏడిచింది.

నాలుగు రోజులు గడిచినై. చలమయ్య మేనమామ ఏదో తంపిపెట్టాడు. సత్యవతి సగపడ భోజనం చేసింది. చలమయ్య గబగబా రానూను “సిగ్గు కరం లేకుండా

కక్కలాగా వెధవ పొట్లకు తింటే సరిపోతుందా” అంటూ సత్యవతి తింటూ తింటూ ఉన్న విస్తరి చుట్టచుట్టి తినుకెల్లి దొడ్లో గోతులో పాకేశాడు. మేనత్తా మేనమామా వాళ్ళూ చలమయ్యను కూకలేసి సత్యవతిని అన్నం తినమన్నారు.

సత్యవతి ముఖం కేపురించింది. తాకిచూచినాగాని తెలియరాని ఒక వేడి ఒంటలో పుట్టింది. కంఠిసరును గూడా ఇగరకట్టింది. సత్యవతి పనిగంటే ఎంత బయటెక్కిందో గాని నడవలేక నడవలేక గదిలోకి పోయి చాపమీద పడింది. మొగుడ్డి గదిలోకి పిలిపించింది. ఇతర పరిసరం మేమీ చెయ్యకండా ఒక్కమాటగా “మధ్యాహ్నం చివర్లు మా ఉరు పంపండి. ఆ డబ్బు నేను తీసుకురాగలగతా నేమోచూస్తా. దీనికి మాత్రం ఎదురు చెప్పకం”డని గాంభీర్యం వహించింది.

“ఎట్లా చచ్చినానరే, ఈ మాటు డబ్బుతీసుకు రాకుండా వచ్చావంటే ఖాసీ చేస్తా” నన్నాడు చలమయ్య.

సత్యవతి చేతిలో ఉన్న ఆ చిన్నపిల్ల ఏదో నోట్లో పెట్టుకుని తుపుక్కున తండ్రిపై ముఖాన పడేట్లు ఉమ్మేసింది. వధ్యాన్నం చెండుగంటలకల్లా చలమయ్య యింటికి వచ్చి సత్యవతిని మాడు గంటల కారు కెక్కించాడు.

కారు కదలపోతోంది. సత్యవతి మొగుడువంక చూచి “దయ ఉంచండి, వెనక”నని సమస్కారం జేసి దివ్యమైన ఒక చిన్ననవ్వు నవ్వింది. కారు కదిలింది. ఆ నవ్వు చలమయ్య హృదయాకాశంలో పండు వెన్నెలయి హృదయం చల్లపడింది.

ఆ నిమిషాల్పమైన ప్రకారతమైన ఆ సత్యవతి నవ్వుతో ముఖం చంద్రావీణ మయింది. పూర్వచంద్రుని చూచి సముద్రం పొంగినట్లు చలమయ్య హృదయం ఆ త్మణం లో వదుతకెక్కి సత్యవతిని చుట్టాకమ్మి నిలబెట్టి తనలో మంచుకుండా మన్నంత పొంగు బయలుదేరింది. ఇదంతా ఆ కిల్ల నవ్వులోంచి పుట్టిన అమృతంలాగా కనపించింది. సత్యవతిలో ఒక దివ్య స్త్రీ ప్రవేశించినట్లు కను పించింది గాబోలు.

కారును అపి సత్యవతిని దింపుకుండా మన్నంత ఉద్దిగ్మడైనాడు చలమయ్య. “నన్ను నమస్కరికో గలవా” అన్నట్లు కారు అదే పోత పోతోంది. త్మణంలో మంచుకు వచ్చిన ఆ ప్రేమ వెల్లువ

యొక్క లోతు ఎంతో చూస్తున్నట్లు చలమయ్య ఆ కారుపైపు తిరిగి చెయ్యి ఎత్తాడు.

ఇంత జెల్లననీ యా చంటిపిల్లను బుజాన జేసికొని ఆవరీలగా ఈదగల నన్నట్లు చలమయ్యను చూచి నవ్వుతూ, నవ్వుతూ నిమిషంలో కను మర్గిపోయింది సత్యవతి. సత్యవతి హృదయం దూదిపింజరాగ తేలిక చంద్రకిరణాల్లోంచి స్వర్ణ సుఖాలను ఎగిరిపోతోంది. చలమయ్య హృదయం బరువై ఊపిరి సలుపని భూగర్భ గుహలలోంచి పాతాళానికి దిండుకు పోతోంది.

X

అనుకోనట్లుగా వచ్చి కళ్ళపడ్డ కూతుర్ని చూచి సంతోషించాడు తండ్రి. మనమరాలిని తీసుకుంది తల్లి. డబ్బు విషయంలో అడంతుగా ఉన్న తండ్రి “మళ్ళీ ఏమన్నా ముణిగిందా, తల్లీ?” అన్నాడు.

“ఏడిచారు - వాళ్ళచావు అట్లాచన్నానేఉంటారు. పిచ్చిపిల్లగాబట్టి వాళ్ళు ఎట్లా అడిస్తే అట్లా అడుతోంది. ఇంకోపిల్ల అయితే వాళ్ళని వాళ్ళచేప్పట్ని తూరుపార పెట్టేది. ఇదేనా? మాపిల్ల చాలా తెలివితేటలయిందని మరుసుకుంటా”రని తల్లి తండ్రిని జెబుకారం చేసింది. “దాని తెలివితేటలు నీ అబుకుంటే గడ్డుగాయిలకేం తెలుస్తో”వని తండ్రి నవ్వాడు. “అ! కనవడుతూనే ఉన్నై” అని తల్లి చెప్పింది.

రాత్రి భోజనాలైవై. హాల్లో అందరూ మంచాలు వేసుకుని యిష్టాగోష్ఠి ప్రార్థించారు. సత్యవతి - ఆ డబ్బు తనపేర ఉండటంచేత - ఆది వాళ్ళకు యియ్యక పోతే తన సంసారానికి వచ్చిన అగచాట్లా - తనకు కలిగిన ఆవమానం - అమర్యాదా అంతాచెప్పి చివరకు “ఈ డబ్బుముఖ్యమే - నా సంసారం ముఖ్యమే మీరు యిప్పుడే తేల్చా”డని అడిగింది.

తండ్రి బిగలాపడాడుగాని తల్లిమాత్రం “ఏడిచావులే! ఎప్పుడూ నీ గొడవే - వాల్లట్లా ఏడుస్తూనే ఉంటారు. నువ్వు మొండిచరిచి ఊరుకుంటే వాళ్లే నోరుమానుకు పడిఉంటారు. ఈ విషయం ఎందరూ చెప్పిన తల్లి - తెలివితేటలుంటాలి. ఇక పడుకో” అని చిచ్చి కొట్టింది.

“అమ్మా! నిష్ఫలగుండ్రాల్లో కాపురం చేస్తున్నానాకోసం ఆ డబ్బు పారపోసి నన్ను బయటికి తీసుకోలేకపోతున్నావుగా! నీకడుపులో పెట్టివెంచిన

నాకంటే ఆ డబ్బు ఎక్కువయిందిగాదూ! సరే కానీ ఆ డబ్బునే వడ్డీల కేసి పెంచుకో” అని దిక్కుమొఖం చేసింది సత్యవతి.

తండ్రి గుండె గుభేలుమంది. “చాతావాతాగాని దానివి. తెలివీలేదు, తేటాలేదు. ఇక పడుకో”మని తల్లి గడమాయించింది. పొద్దునే సత్యవతి బావ వచ్చాడు. సత్యవతి బావతోగూడా అదేప్రకారం చెప్పి “మొన్న మహమ్మాలయిన డబ్బిచ్చి నన్ను పంప”మని చేతులాడింది. “నన్ను హాయిగా కాపురం చేయనీ” అంది. తండ్రి ఎటూ చెప్పలేక ఉక్కిరి బిక్కిరి అయ్యాడు.

బావగారు ఊగ్రుడై “వాళ్లేమిటి? వాళ్ళచేప్ప లేమిటి? మాట్లాడితే చిన్న పిల్లనిట్లా ఒంటరిగా డబ్బుడబ్బంటూ పంపుతారా! ఆ డబ్బు వాళ్ళతాతగాడి ముల్లె అనా! కనుక్కుందాం. దాన్ని యిట్లా యిబ్బంది పెడతారా? పది మందిలో చెప్పి పేడనీళ్లు కొట్టిదాం. పదగండి మధ్యాహ్నం నుంచీ పోదా”మని అందరూ నిశ్చయించుకున్నారు. సత్యవతి “వాళ్ళపంపలేదు. నేనే వచ్చా”నంది.

“నీకేం తెలియదులే. అసలే పెట్టిబాగుల పిల్ల”వని బావగారు గడమాయించి “మధ్యాహ్నంనుంచి మాతో బయలుదేరు, భయంలేదులే. నీన్నేమన్నా యింకా అన్నారంటే-చేకారంటే పోలీసు రిపోర్టుచేసి దుంప పెల్లగొంచేస్తా”మని బావగారు గడవిడచేశాడు.

అందరూ భోజనాలుచేసి సిద్ధమయారు. సత్యవతి బయలున్నానని చెప్పి అవతల అరుగుమీద కూర్చుంది. “నీ ప్రార్థనానికి తగినట్లు పదిపాను రోజుల్లోనే మాయముట్టు వచ్చిందా” అని తల్లి నజిగింది. బావగారు ప్రయాణం విరమించి నీళ్లనాడు పెట్టుకున్నాడు.

E

సత్యవతి తాను చేయగలిగింది ఏమిటా అని దిజ్ఞాపపడింది. కాన్సేపు తోటడాక్లోకి వెళ్లికూర్చుంది. తల్లియంత కఠినరాలవటానికీ, బావ పట్టినపట్టు విడవకపోవటానికీ - తండ్రి అమాయకత్వమూ - భర్త యొక్క నిరాదరణమూ - పసిపిల్లదాని ప్రేమ తలుచుకు తలచుకు ఏడిచింది. ఆ ఏడుపులో ఒకపెద్ద నిట్టూర్పు వచ్చింది. ఆ నిట్టూర్పులో “ఒసీ! సతీ! నీ పాపం ఎట్లా పండించే” అని ఒక్క మాట పైకి వచ్చింది. కాన్సేపు ఏదో ఆలోచించుకుంది. భర్తనిరాదరణకూ, తల్లిదండ్రుల నిరాదరణకూ మధ్యనలిగి సతీ అట్లా చేసిందిగా” అను

అంతా అంతా అంతా అంతా

కుంది. నేను బొటనవ్రేలితో అన్ని పుట్టించలేనుగా! అనుకుంది. చూడు కాగితపు ముక్కలు తీసుకువచ్చింది. ఎకాయెక్ గదిలోకి పోయి తలుపు వేసుకుని ఒక క్షణానికి బయటికి వచ్చింది.

వచ్చినప్పటినుంచీ ఆ పిల్లను చంక నేనుకొని దానితో ముద్దులాడుకుంటూ బావగారింటికి వెళ్తుండే గారింటికి ఇంకా కొంతమంది యిళ్ళూ వెళ్ళి అందరితోనూ కులాసాగా మాట్లాడి వచ్చింది. ఆకులాసా చూచి తల్లి “పిచ్చిపిల్లా! నీకు సంతోషమెచ్చినా ఆపుకోలేవు, డుఖమెచ్చినా ఆణుచుకోలేవు. ఎందుకట్లా తిరుగుతా? గుప్పెడు మేతుకులు తిని అరుగుమీద పడుకోక?” అంది.

సత్యవతి పెద్దనవ్వువ్వ “అమ్మా! అట్లా ఒక్క అయిదు నిమిషాలు అట్లా నుంచో! నిన్ను కరువుతీరా చూసాను తమ్ముడిని కూడా ఎత్తుకునుంచుంటే మరి సంతోష”మంది,

“నీ కేసున్నా పిచ్చిపట్టిం దేమిటి? గోరు మానుకు పడుకో”మంటూ లోపలికి వెళ్లింది తల్లి.

తండ్రిని పిలిచి “నాన్నా! నవ్వు మనమరాలిని నేను చూస్తూ ఉండగా ఒక్కసారి ఎత్తుకుంటా” అని అడిగింది. “అమ్మా! దానికేమి? మా తల్లి గదే” అని తండ్రి మనమరాలిని నెత్తిమీద ఎక్కించుకున్నాడు. వెంటనే సత్యవతి గదిలోకి వెళ్లిపోయింది.

రాత్రి భోజనాలైనై. అంతా పండుకున్నారు. ఇంట్లో పాతఘడియారం 10—11—12 ఒంటిగంట కొట్టింది. అరుగుమీద పిల్ల “అమ్మా! అమ్మా! అంటూ ఏడుపు పొగ్గింభించింది. పిల్ల ఏడుస్తోంది, సుమదాయించవేమే సత్యం” అని తల్లి పిలిచింది. సత్యవతి పలకలా. “మాట్లాడ వేమే మూగదయ్యమా” అంటూ తలుపుతీసి మెల్లలాకివచ్చింది. సత్యవతి ప్రక్కమీద కనుపించలా. అమ్మాయ్ - అమ్మాయ్ అంటూ ఆవరణంతా పిలిచింది. ముందు కాంపాండుగేటుతలుపు గడియ వేసుకునే ఉంది.

“ఏమండోయ్ - సత్యం ఏమయిందండీ? కనపట్టలేదు. ఇట్లా రావే” అని మొగుణ్ణి పిలిచింది. ఆ గొంధర గోళంలో చుట్టుపట్లవారందరూ చేరారు. దొడ్లూ దోవలూ జెలికారు. నూతులూ గోతులూ కెతుకు

తున్నారు. తల్లి లబాయిలూ దిబాయిలూ వస్తోంది. తండ్రి మొద్దుబారిపోయాడు. అందరూ ఎవరుపడితే వారు “చూడండిరా! చూడండిరా! అంటున్నారు. కొంతమంది చెరువుమట్టా తిరుగుతున్నారు. తూర్పు చేకిలు తెల్లలారినై.

కొంతమంది మాలవాళ్లు “మన పెద్దనూత్రిలో ఆడ మనిషి చచ్చి తేలిఉందని గచ్చిన లాడుతున్నారు. ఆసంగతి పెద్దమాలవచ్చి మునగబుగారిలో చెప్పా తున్నాడు. ఇంకేముంది? సత్యవతేనని అందరూ పరిగెత్తారు.

సత్యవతి కళేబరాన్ని యింటికి తెచ్చేప్పటికి 9 గంట లయింది. ఆ నవ్వుముఖం చూచినవార్యంతా ఆశ్చర్యపోతున్నారు.

చాకలివచ్చి ముట్టుచూపా, బట్టలూ సరి “ఇవిగో 3 కాగితా”లని సత్యవతి తండ్రికి కచ్చింది. “అయ్యో! దేముడా! అవి నేను చదువలేనో” అని విరుచుకుపడి అరుగును అనించి పసుపుసుకుమూ అలంకరించి కూర్చోవెట్టిన శవం వేపు తిరిగి, “తల్లీ! నీనోటిమాటలు నేను వినలేదని నాకు కాగితమిదా ప్రాసి చూపించావా? తల్లీ! ఈ పర్యాయం సిద్ధంచేసుకునా నేనుచూస్తూ ఉండగా ఈ పిల్లనెత్తుకోమని నాకు అప్పుచెప్పావా? తల్లీ అని అలంకలాడి భార్యను పిలిచి “చూచావా! నీ పిల్ల ఏమి తెలిచి తేటలు గలదన్నావు - సతీదేవిలాగా దేహం విడవలా?” అని వలపోశాడు.

తల్లి బావురు మని ఏడ్చి “బాబో! దానిమాటలు చెప్పి చంపెయ్యకండో! నే నెట్లా బ్రతుకనో” అని మొగుడు కాళ్ళమీద పడింది.

ఆ తెల్లవారకట్టే సత్యవతి కనిపించటం లేదని చలమయ్యకు చెప్పటానికి మనుష్యులు జెళ్ళారు.

ఆ రాత్రి కలలో తనను స్వర్గసుఖాలు ఆనుభవించుచేసిన నా సత్యవతి కనపడక పోవటం మేమని చలమయ్య అదుర్దాగా పరుగెత్తి నైకిలేమిద పడి వచ్చేశాడు.

ఇంటి ముందు వచ్చేకరకూ ఎవరూ ఏమీచెప్పలూ పండుమాల తిరిగేప్పటికల్లా జనం ఇంటిముందు గుంపులు గూడికిన్నారు. సరాసరి అదుర్దాపడుతూ నైకిలేదిగాడు. చుట్టూ ఉన్నవాళ్లు దోవ యిచ్చారు. శవస్వరూపంగా ఉండి నవ్వుతూ ఉన్న ఆ భార్యముఖం చూచాడు. ఆ నాడు కారులో చూచిన ముఖం జ్ఞప్తికివచ్చింది. ఆ చేర

నుడి నిలబడిపోయాడు. అత్త గారు “చేతులారా మా తల్లి పాణిం తీశాం దేముడా” అని పెద్దకోకం పెట్టింది. చలమయ్య గుండె అవిసిపోయింది.”

కొంతసేపటికి తెలివవచ్చింది. “ఇదిగో నీ భార్య నీకు వ్యాసిన ఉత్తరం” అని ఎవరో చేతికి చీటీయిచ్చారు. చలమయ్య ఆ పాదమ ద్దకం వణికిపోతోంది. చీటీ విప్పాడు.

“పాణిణీశ్వరునకు నమస్కారములు. నా అయ్య స్సంతా 22 సంవత్సరములలో ముగించుకుపోతున్నా. దీనికి మీరు బాధ్యులుగారు. నేను సుఖసంసారం చేసుకోలేకపోయాను. చిన్నపిల్లను నా పాణిణిగా పెంచండి. నెలవు.”

ఆ చీటీ చదివాడు. ఆ వణుకుతో ఆ శవం యెదుటికి వెళ్ళినందున్నాడు. కడుపులోంచి ఒక పెద్ద అనేశం వచ్చింది. ఎక్కిళ్ళతో ఏడుపువచ్చింది. ఆ యేడుపులో “సత్యవతి! నీకు నమస్కారం” అన్నాడు. భార్యన ఏడిచాడు. “నేను దొర్నాగడ్డి. నీ అటువంటి యిల్లాలి వెంట రాలేకపోయినాను, నాకు నెలవియ్యి. నీ ముఖం చూడలేను. ఎదుటకూడా ఉండలేను. నీ పాణిణిలాగా ఉన్న ఆ పిల్లను మాత్రం ఈ జెడవ చేతులతో ఎట్లా తాకగలను- సత్యవతి! నీజీవితం ధన్యం చేసుకున్నావుపో దయఉంచి ఎప్పుడైతే నా కలలో కనపడి నన్ను చూచి పోతూ ఉండు. నీకు నమస్కారం” అంటూ ఏడుస్తూ బజారు వెంట పడ్డాడు.

ప్రకృతి - నమా జవైద్య న చిత్ర మానవ ప్రతిక.

మానవులకు వ్యాధులు రాకుండునట్లు సృష్టిలో నుండు తక్కిన జీవులవలె యెటుల స్వాభావిక జీవనము చేయవలయునో, యే యే అంగ్యనూత్రిముల ననుసరించి పరమావధిని పొందవలెనో బోధించును. వ్యాధి వచ్చిన తరువాత మందు శస్త్రములకుపూడ లొంగని దైహిక మానసిక వ్యాధులను, స్వభావసిద్ధములగు మట్టి, ఆహారము, నీరు గాలి, సూర్యకిరణములు, యోగ, వ్యాయామ, ఉపవాస, విద్యుత్కాంతి శక్తి మొదలగునాని సహాయమున చికిత్సల చేయువిధమును, అటుల వ్యాధి కుదిరినవారి చరిత్రలను, నిర్విచార (బుష్) జీవనమును వివరించును. ప్రస్తుత మానవులు శాగరకత అనుకొని అజ్ఞానవశమున చేయు దుష్కార్యముల తీవ్రముగ ఖండించును. మాదిరి పత్రిక ఉచితము సం॥ర చందా రు 30-0.

మేనేజరు, ప్రకృతి కార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

శ్రీ రామ కృష్ణ ప్రకృతి చికిత్సాలయము

మునులతోట, రేపల్లెతాలూకా, గుంటూరుజిల్లా.

ఇచ్చట ఔషధములు, ఆహారవస్తువులు, ఇంజనీరులతో నిమిత్తము లేకుండ యోగవ్యాయామ వివిధ ప్రకృతి చికిత్సా విధానములచే కుష్ఠ, బొంబ, ఉబ్బసము, క్షయ, మూర్ఛలు, పిచ్చి, వంధ్యాత్వము మరియు సుఖవ్యాధి మొదలగు మానవులకు సంక్రమించు సమస్తవిధములగు శారీరక మానసికములగు రుగ్మతలు నివారంపబడును. మరియు నూల దేహముల సన్ననివారుగను, దుర్బలశరీరులు బలిష్ఠులుగను, అందవికారులు సౌందర్యవంతులుగను చేయబడుదురు. బీదలకు మాత్రము ఉచితముగా చికిత్స చేయబడును. వివరములు కోరువారు 0-4-0 పోస్టుచిళ్ళలు పంపించినచో “ప్రకృతి వైద్య”మను గ్రంథము పంపబడును.

11-వ ప్రకృతివైద్య శిక్షాశిబిరము

బెజవాడలో మే 1 వ తేదీనుండి 15 వ తేదీవరకు జరుగును. శిబిరమునకు వచ్చే విద్యార్థులు, రోగులు, రోగి బంధువులు, ప్రేక్షకులు మొదలగు వారు యెవరి ఆహారవ్యయములను వారు భరింప నెద్దమై రావలెను. ఒకలాంతరు, ఒకచాకు, ఒకఫలహారపాత్ర, ఒకమంచీరు త్రాగే లోటా, కౌషీనములు, తుండుగుడ్డలు, పక్కగుడ్డలు, చదువుకొను గ్రంథములు, వాసుకొను పరికరములు తమవెంట పోతివారును తెచ్చుకొనవలెను. తాము మోయలేని బరువునుగాని, తాము రక్షించుకొనలేని ఆభరణాదులనుగాని యెవరును తమవెంట తేనక్కరలేదు అని మా సలహా. శిబిరకాల మంతయు వృక్షములనేడను శయనింపవలసి యుండును. శిబిర నిర్వాహకు లమర్చనట్టి ఫలములు, ధాన్యములు, కూరలను మాత్రమే ఆహారముగా తీసుకొనవలెను. శిబిర ఆవరణలో వంటలుచేసుకొనుటకు వసతి దొరుకదని తెలిసియే శిబిరమునకు రావలెను.

శిబిరము చాల ఆహ్లాదకరముగా నుండుటకు శిబిరనిర్వాహకులు శ్రద్ధతీసుకొనుచున్నారు. ఇంకొక ప్రకటన వెలువడు లోపలనే శిబిరము ఆరంభమగునుగాన యింకను వివరములు కోరువారు “అయ్యంకి వెంకట రమణయ్యగారు, ఏ. జి. ప్రెస్, బెజవాడ”కు నూటిగా వ్రాసి తమ సంశయ ములను తీర్చుకొనవలెను.

మీలో యెందఱు యీ సదవకాశమును వినియోగించుకొందురో చూడవలసియున్నది. శిబిర కాలమున ప్రకృతి వైద్యమునకు సంబంధించిన గ్రంథములు వెలకు శిబిరములో లభించునుగాన తపాలవ్యయములను తప్పించుకొనదలచినవారు తమకు కావలసిన గ్రంథములను శిబిరములోనే కొనుట యుక్తము. హుమార్ ! మీ దరఖాస్తు యిప్పటికే పంపనియెడల యిప్పుడైనను పంపండి.

1—4—43. } అయ్యంకి వెంకటరమణయ్య,
బెజవాడ. } వ్యవస్థాపకుడు.

ప్రకృతి కార్యాలయట్రిస్టు, 1943 సం॥ ఫిబ్రవరి నెల జమా ఖర్చులు.

జమ : వెనుకటి నెల నిల్వ 84-0-6, ప్రకృతి పత్రిక 129-3-0, పుస్తకములు 58-15-0, తిరుగళ్లు 5-0-0, బాకీలు 50-6-9, యిండ్ల అద్దెలు 12-0-0. వెరశి 339-9-3.

ఖర్చులు : ప్రకృతి పోస్టేజీలు 6-7-9, పుస్తకములపోస్టేజీలు 1-14-0, మిస్ లేనియన్ 0-12-0, స్టేషనరీ 0-12-0, జనరల్ పోస్టేజీలు 4-3-6, ప్రింటింగు అడ్వాన్సు 3-0-0, పన్నులు 0-13-0, నాకర్లు 17-0-0, భరణం 25-0-0, బాకీలు 44-6-9, నిల్వరొఖం 235-4-3, వెరశి 339-9-3.

యల్. సుదర్శనరావు,
మేనేజరు. 30-3-43.

క నీ ని కా ని దా న ము

(కావ్యరైటు)

V

శ్రీ మృత్తింటి ఆంజనేయులు

దేహములో మారుమూలములనున్న ప్రాంతమును అవయవమునకును కనీసికలో ప్రాంతమును భాగమునును వెనుకటి అధ్యాయమునచదివినాము. ప్రాంతమును అవయవమును తన పనిని తాను సంపూర్ణముగా చేయుచున్నంత వరకును ఆ అవయవమును తెలుపు ప్రాంతమును భాగములో యేమీ మార్పు కానరాదు. ఆ అవయవము తన పనిని సంపూర్ణముగా చేయలేని యెడల ప్రాంతము భాగములో మార్పు కనబడును. ఈ మార్పు రెండువిధములుగా కనబడును. ఒకటి ప్రాంతము భాగములోని రంగు మారవచ్చును. అదివరకల్లా అన్నిప్రాంతము భాగములోను ఒకే రంగు ఉండును. అవయవము సరిగా పనిచేయని ప్రాంతము భాగములోని రంగు మారిపోవును. అంతవరకు కనీసిక లేతగోధుమరంగుగా నున్న యెడల యిప్పుడు ముదురురంగు కనబడును.

ఇక రెండవ విధ మేమన ప్రాంతము భాగములోని రంగులో మార్పుమియు రాదు. ప్రాంతము భాగములో ఒక నల్లటి గీత కనబడును. ఒక అవయవము రెండు మూడు కారణముల వలన స్వధర్మమును నిర్వర్తించ లేకపోవును. వంశానుగతముగా వచ్చిన రోగ ప్రవణత వలన ఒక అవయవము తన ధర్మమును సరిగా నిర్వర్తించలేకపోవును. సోదాహరణముగా చెప్పవలెనంటే సంగమకాలమునందు తల్లిదండ్రు లిద్దరిలో యే ఒకరైనను శ్వాసాశయక్షయతో బాధపడుచున్న యెడల కలుగ

బోవు శిశువులోను ఊపిరితిత్తులు బలహీనముగానే ఉండును. (గర్భధారణకాలమునందును, ప్రసవించినతరువాతను ప్రకృతి సూత్రములకు అనుగుణముగా జీవించినయెడల యీ రోగ ప్రవణత అంతరించును. ఊపిరితిత్తులు బలపడును.)

అనుక్షణమును దేహములో తయారగు, బయటకు పోక లోపలనే నిలచిపోయిన, ఘన, ద్రవ, వాయురూపమైన మలినములు, దేహములోనే నిలువయుండి అంతరవయవముల కదలికకు అడ్డుపడుటచే అంతరవయవములు తమ ధర్మములను నిర్వర్తించ లేకపోవును.

తరుణ రోగములను మందులతో అణచివెట్టుదురు. ప్రకృతివైద్య ప్రక్రియవలన రెండు ఫలితములు కలుగును. ఈ రెండు ఫలితములును వ్యతిరేకముగా నుండును. క్రియాఫలితముగా చలువ కలిగిన, ప్రతిక్రియా ఫలితముగా వేడి కలుగును. చన్నీటి కటిస్నానము వలన క్రియాఫలితముగా చలువ కలుగును. ప్రతిక్రియాఫలితముగా వేడి కలుగును. ప్రకృతివైద్యమువారు స్రుతిక్రియాఫలితమునే ప్రధానముగా తీసికొనెదరు. మందువైద్యమువారు క్రియాఫలితమునే ప్రధానముగా తీసికొంటారు. (వివరముల గోరువారు మాచే రచింపబడు 'లింగ్లహార్' అను పుస్తకమును చనువవచ్చును.) మందులలోని ప్రతిక్రియా ధర్మము ననుసరించి అంతరవయవములు తమ



స్వధర్మమును నిర్వర్తించ లేకపోవును. చచ్చు పడిపోవును.

ప్రమాద వశమున కలిగిన దెబ్బల వలననూ అంతరవయవములు తమ పనిని తాము నిర్వర్తించ లేక పోవును.

ఏ అవయవము తన స్వధర్మమును నిర్వర్తించదో ఆ అవయవమును తెలుపు కనీనికా ప్రతినిధి భాగములో మార్పుకనబడును.

ఇన్ని వివరములు కనీనికలో కనబడునుగాని ఒక సంగతి మాత్రము కనీనికలో కనబడదు. గర్భము ధరించి నపుడు ఆడువారి దేహములోని అంతరవయవముల ధర్మములు మారును. ప్రతినెలా బయటకు వెడలిపోవు ఋతు రక్తము బయటకు పోక పిండమును పోషించుటకు సహాయపడును. అందులోనే కొంతభాగము పుట్టబోవు బిడ్డకు ఆహారము చేరుటకై తల్లి స్తనములందు చేరి స్థాల్యమును కలుగ జేయును. గర్భధారణకాలమునందు కలుగు అసంఖ్యాకములగు అంతరవయవముల ధర్మముల మార్పులలో యిది ఒకటి. అంతరవయవముల ధర్మములలో మార్పు కల్గినప్పటికినీ కనీనికలో మాత్రము యేమియు మార్పుకానరాదు. గర్భధారణము ఆడువారికి నవాజధర్మముగాన కనీనికలో మార్పు కానరాదు.

మరొక అవాంతరము కూడ కలదు. క్లోరో ఫారము, కొకెయిను మొదలగు మత్తుమందుల నిచ్చి ఆపరేషను చేసినప్పుడు మత్తు ఉన్నంత వరకును కనీనికలో యేమియు మార్పు కానరాదు. మత్తు తెలిసిన తదుపరి లోలగించబడిన అవయవము పోయినట్లుగా కనీనికలో గుర్తు కనబడును. ఆపరేషన్లు దేహమునకు విజా

తీయ మైనవి గాన ఆ అవయవముల తెలుపు కనీనికలోని ప్రతినిధి భాగములో ఒక మూల గీతలు కనబడును. ప్రమాదవశమున అంతరవయవములు విరిగిపోయినయెడల ఆ అవయవమును తెలుపు కనీనికా. ప్రతినిధి భాగములో నిలుపుగీతలు గాని, అడ్డగీతలు గాని కనబడును.

మత్తుమందు నిచ్చినపుడు దేహమంతా చచ్చు పడిపోవును. దేహమునకు కలుగు బాధలను జ్ఞాననాడులు మొదలునకు తెలియచేయలేవు. అందువలన దేహములోని మారుమూల నున్న నాడులలో కల్గిన చలనమునకు కనీనికలోని నాడులలో ప్రతిచలనము కలుగదు. అందువలన మత్తు ఉన్నంతవరకును అవయవములు పోయినట్లు కనీనికా ప్రతినిధి భాగములో గుర్తులు కనబడవు. మత్తు దిగి పోగానే దేహవ్యాపారమంతా మామూలుగా జరుగును. జ్ఞాననాడులు తమ పనిని తాము చేయును. అప్పుడు పోయిన అవయవమునకు గుర్తు కనీనికలోని ప్రతినిధి భాగములో కనుబడును.

దేహములో యిముడు సజాతీయమైన పదార్థము లేవియు కనీనికలో కనబడవు. కూరలలోను, పండ్లలోను ఉండు సేంద్రియ లవణము లన్నియు దేహమునకు సజాతీయమైనవి గాన కనీనికలో కనబడవు. పండ్లు, కూరలు, యెంత యెక్కువగా తినినప్పటికిని కనీనికా ప్రతినిధి భాగములలో యేమియు గుర్తులు కానరావు. భూమినుండి త్రొవ్విగ ఇనుము, గంధకము, భాస్వరము మొదలగు లోహము లన్నియు దేహమునకు విజాతీయములు. వీటి స్వభావము వేరు, లక్షణములు వేరు. దేహములోని రక్త

ముతో యీ ఖనిజములనుండి తయారుచేసిన మందులు కలియపు, సాహజ్యమును పొందవు. కొన్ని ఖనిజములు కొన్ని అవయవములలో పేరుకొనును. ఆ అవయవమును తెలుపు కనీసక లోని ప్రతినిధి భాగములో ఖనిజముల రంగు కనబడును. కనీసకకు సహజముగా నుండవలసినరంగు (లేతగోధుమ, లేతనీలము) ఉండదు. రంగు మార్చివేవును.

దేహములోని అంతరవయవములు యెట్లు ఒక దాని వెంబడి మరియొకటి ఉన్నవో అట్లనే కనీసకలోని ప్రతినిధి భాగములును ఉండును. ఎట్లాగంటే కనుపాప చుట్టూనుండు యేడు ఆవరణలలోను మొదటి ఆవరణ జీర్ణాశయమును తెలుపును, రెండవ ఆవరణ చిన్న ప్రేగులను తెలుపును. కనుపాపచుట్టూ నుండు మూడవ ఆవరణ స్వతంత్ర నాడీమండలమును తెలుపును. కుడికనీసకలో చిన్న ప్రేగులలో సగమును, ఊర్ధ్వముఖాంత్రమును, నరళాంత్రములో సగమును ఉండును. ఎడమకనీసకలో చిన్న ప్రేగులలో సగము, నరళాంత్రములో సగము, అధోముఖాంత్రము ఉండును. మామూలుగా చూచిన యెడల కుడికనీసకలో అధోముఖాంత్రము కనబడదు. మామూలుగా చూచినయెడల ఎడమ కనీసకలో ఊర్ధ్వముఖాంత్రము కనబడదు. చిన్న ప్రేగుల చుట్టూనుండు ఆవరణ అనగా మూడవ ఆవరణ స్వతంత్రనాడీ మండలమును తెలుపును.

మిగిలిన అవయవము లన్నియు స్వతంత్రనాడీ మండలము నుండి బయలు దేరును గాన మూడవ ఆవరణ తరువాతి నాల్గు ఆవరణలలోనే మిగిలిన అవయవము లన్నియు ఉన్నవి.

దేహ వ్యాపార మంతా జీర్ణమండలము మీదనే ఆధార పడినది. దేహములోని మారుమూలలనున్న కండరములకును, నాడులకును, సక్రమముగా పనిచేయుటకు యథాకృతమైన ఆహారము అవసరము. జీర్ణ యంత్రములు బాగుగా పని చేయుచున్న నేగాని ఆహారము సక్రమముగా అందదు. పనిచేయుని యెడల ఎక్కువ తక్కువలుగా అందును. అందువలన ఆ అవయవములు తమ ధర్మమును నిర్వర్తించ లేక కుంటుపడును.

స్వతంత్ర నాడీమండలము బాగుగా పనిచేయుచున్న నేగాని దేహములోని మారుమూలలనున్న కణమునకును, అవయవమునకును ధాతుశక్తి సక్రమముగా అందదు. హృదయము సంకోచము నొందుట, వ్యాకోచము నొందుట, మూత్రపిండములు మూత్రమును వడియ గట్టుట మొదలగు స్వతంత్రకార్యకలాప మంతా యీ స్వతంత్ర నాడీ మండలముయొక్క అడుపులోనే ఉండును. స్వతంత్ర నాడీమండలము నుండియే అనిచ్ఛాపూర్వక కార్యకలాప మంతా బయలుదేరు ననుటకు గుర్తుగా యీ ఆవరణ తరువాతనే మిగిలిన నాల్గు ఆవరణలును గలవు.

దేహములో తల యెట్లు పై భాగమునందుండునో అట్లనే తలను తెలుపు ప్రతినిధి భాగమునూ కనీసకలో పై ననే ఉండును. మిగిలిన అవయవము లన్నియు దిగువకనే ఉండును. చేతులను తెలుపు ప్రతినిధి భాగములు ప్రక్కలనే ఉండును. కాళ్ళను తెలుపు ప్రతినిధి భాగములు క్రిందనే ఉండును. (అనగా కనీసకలోని క్రింది సగములోని అడుగుననే ఉండును.) కుడిచేతితో లాఘవముగా పనిచేయు

వారి తెలివి తేట లన్నియు మెదడులో యెడమ వైపున ఉండును. ఎడమచేతితో లాఘవముగా పనిచేయువాని తెలివి తేట లన్నియు మెదడు లోని కుడివైపున ఉండును. (ఎందువలన యిట్లు వ్యతిరేకముగా నుండునదీ శరీర శాస్త్రము చదివినవారికి తెలియును.) మెదడు నుండి బయలుదేరిన నాడులు మజ్జాముఖము దగ్గట కుడి యెడమలకు మారును. కుడివైపునుండి బయలుదేరిన నాడులు యెడమకును, యెడమ నుండి వచ్చిన నాడులు కుడికిని పోవును. మెదడునుండి బయలుదేరిన దృష్ణాడులు మరల కుడియెడమలకు పోవును. రెండుతడవల (కుడినుండి యెడమకును, యెడమనుండి కుడి కిని) మారుటచే అవయవములలోని లోపము లన్నియు (అనగా కుడిపార్శ్వములోని లోప ములు కుడికనీనికలోను, ఎడమపార్శ్వము లోని లోపములు ఎడమకనీనికలోను) కను పడును. మెదడునుండి బయలుదేరిన దృష్ణా డులు ఒకతడవే కుడినుండి యెడమకును, యెడమనుండి కుడికిని వచ్చుటచే కుడి మెదడులోని లోపములు ఎడమకనీనికలోను, ఎడమ మెదడులోని లోపములు కుడి కనీనికలోను కనబడును. ముచ్చిలిగుంటకు క్రిందనున్న కుడివైపున ఉన్న అవయవ ములలోని లోపములు కుడికనీనికలోను, ఎడమవైపున ఉన్న అవయవములలోని లోప ములు యెడమకనీనికలోను కనబడును. ముచ్చిలిగుంటకు వైభాగములోని కుడివైపు అవయవములలోని లోపములు ఎడమ కనీనిక లోను, ఎడమవైపు అవయవములలోని లోప ములు కుడికనీనికలోను కనబడును.

ఇట్లు కుడి, యెడమలందు వ్యతిరేకముగా నున్న ప్పటికిని దృష్ణాడులు కుడినుండి యెడమకును, యెడమనుండి కుడికిని వచ్చుటచే, కుడిమెదడు లోని లోపములు కుడికనీనికలోను, ఎడమ మెదడులోని లోపములు ఎడమకనీనికలోను కనబడును.

కుడిపక్కన ఉన్న అవయవము లన్నియు కుడికనీనికలో కనబడును. కుడి ఊపిరితిత్తి, లివరు కుడికనీనికలో కాననగును. ఎడమ పక్కన ఉన్న అవయవములు, యెడమ కనీనికలో కాననగును. హృదయము, స్తనము యెడమభాగమున ఉండుటచే యెడమ కనీ నికలో కనబడును.

ఊపిరితిత్తులు, మూత్రపిండములు రెండుఉండును గాన, కుడి యెడమ కనీనికలలో రెంటిలోను కనబడును. ముక్కులు, కన్నులు, చెవులు, వృషణములు రెండు కనీనికలలోనూ కాననగును. మొత్తముమీద చెప్పవలెనంటే నొసటినుండి బొడ్డుమీద తిన్నగా గీతను గీచి దేహమును రెండుభాగములు చేసినయెడల కుడిభాగము లోని అవయవములు, కుడికనీనికలోను, ఎడమ భాగములోని అవయవములు, యెడమకనీనిక లోను కనబడును.

ఇంత ప్రత్యక్షముగా ఒక ప్రతీనిధిభాగము వెంట మరి యొక ప్రతీనిధిభాగము, దేహ ములో అంతరవయవములు ఉన్నవరుసను బట్టి, ఉండుటచే, యీ నిదానము ప్రత్యక్ష శాస్త్రము లలో నొకటి యగుచున్నది. మందు వైద్యము వారి రోగనిర్ణయము ప్రకారము ఊహా శాస్త్రము కాదు.



విజయానికి మీ లోడ్పాటు

వేమూరి రామమూర్తి, బి. ఏ. బి. ఇడి.

వెనుకటి సంచికలోని పై శీర్షికగల వ్యాసమును చదివివుంటారు. దానిలోని విషయములను కొంచెము విపులముగా వ్రాయదలచినాను. ఈ వ్యాసములోని సంగతులు అనుభవైక వేద్యములుగాని, సులభ గ్రాహ్యములుగావు.

విజయమునకు లోడ్పడవలెనంటే మనమందరము యుద్ధముచేయలేము. యుద్ధములోచేరి ఆయుధము కేలుపట్టుట, ఓడలు నడుపుట, విమానములు నడుపుట మొదలగు వానికి క్రమశిక్షణ పొందినవారు గలరు. కొందరు శిక్షణ పొందుచున్నారు. మరికొందరు పొందనున్నారు. మనము వెలుపలనుండియే నిర్మాణ కార్యక్రమమునందు పాల్గొని చేయూత నొసగవచ్చును. నూలువడుకుట, గుడ్డలు నేయుట, వడ్రింగము మొదలగు వృత్తులను ప్రోత్సహింపవలెను.

వెనుకటి యుద్ధములో మన విజయమునకు కారణము ఆహారము సమృద్ధిగా నుండుటయే. ఇదియే జర్మనుల పరాజయ కారణము. ఈ యుద్ధములో ఎదుటి పక్షమువారు తగుజాగ్రతను తీసికొని యున్నారు. మనము గూడ జాగ్రత తీసికొనవలెను. బర్మానుండి మనకు బియ్యము దిగుమతి యగుచుండెడివి. ఇప్పుడు బర్మా పరాధీనమైయున్న కారణమున బియ్యపులోటు వచ్చును. దానిని మనము తగు రీతిని సవరించుకొనవలెను.

ఆహారసమస్యయే యుద్ధములలో జయములకు మూలముగాన దాని పరిష్కారమునకు మార్గముల సర్వేషింపవలెను. యుద్ధ

సమయములందు ఆహారపదార్థములు దిగుమతి యగుటకు సావకాశములు తక్కువ. అందువలననే ప్రభుత్వమువారు "Grow more food" ప్రచారమును చేయుచున్నారు. పంటల సభివృద్ధి చేయుట కన్ని విధముల ప్రోత్సాహ మొసంగుచున్నారు. ఎకపులను వేసి పంటల నెట్లభివృద్ధి చేయవలెనో బోధించుటయేగాక సహకారసంఘములద్వారా ఎరువులను తెప్పించి రైతుల కిప్పించుచున్నారు. బంజరీ భూములను సాగుచేయించుచున్నారు. ఈ విషయములో మనుష్యప్రయత్న మెంతచేసినను దైవసహాయము చాల అవసరము. పంటలు పండుట వర్ష పవనముల మీదను శీతోష్ణస్థితి మీదను ఆధారపడి వుంటుంది. గనుక ఆహార సమస్యపరిష్కారానికి యితర మార్గములను గూడ అన్వేషించాలి.

ఇంకను, 'డిమాండును' తగ్గించుకొని పొందికగా బియ్యమును వాడుకొనుట నేర్చుకోవలెను. దానికొరకు ప్రభుత్వము వారు కొన్ని చోటులందు 'రేషనింగు' పద్ధతిని అమలుపరచుచున్నారు. కలవారు మితిమీరి భుజించకుండుట, లేనివారు ఆహారము లేక మాడి చనిపోకుండుట దీనియొక్క ఉద్దేశ్యము. దీనికి ప్రజలయొక్క సహాయ సానుభూతుల సహకారము. లేనియెడల 'రేషనింగు' పద్ధతి క్రమముగా నడువదు. ఉద్దేశ్య మే భగ్నమగును. తగిన ప్రచారమునుచేసి ప్రజల కీ విషయములను సచ్చక్షేపిన యెడల బలవంతముగా 'రేషనింగు' పద్ధతి సమలుపరుప సక్కురలేదు.

ఆహారమున్నంతలో సరిపోవునట్లు చూచుకోవలెను. ఒక ఇంటిలో 5 గురు మనుష్యులున్నారనుకొందము. ఆ ఇంటిలో 4 గురు మనుష్యులకు 1 నెలకు సరిపోవు ఆహారము గలదు. అది 5 గురు మనుజులు తినినయెడల 24 రోజులు వచ్చును. మిగిలిన 6 రోజులు ఉపవాసము చేయవలెను. లేదా ప్రతివాడును తన ఆహారము $1/5$ వంతు తగ్గించి తినవలెను. అందువలన 5 గురికిని అసంతృప్తికరముగా నుండును. అందరును తృప్తికరముగా భుజించి ఆరోగ్యముగా నుండవలెనన్న తమ అలవాట్లను మార్చుకొనవలెను.

మరబియ్యమును మాని, ముడిబియ్యమును, తిరుగలిబియ్యమును తినవలెను, నాగరికత ప్రబలిన యీ రోజులలో తిరుగలి బియ్యపు అన్నము జొన్న కాయలపలె నుండును గదా? నమల గలమా? దవుడలు కొట్టుకొని పోవును గదాయని కొందరు ప్రశ్నించెదరు. డెబ్బాలలో అనకట్టలు కట్టక మునుపు జొన్న అన్నము, తమిదనంకటి తిన్నవారు మనకంటె బలముగాను, ఆరోగ్యముగాను ఉండెడివారు. వారికి వైద్యులతోను, మందులతోను నిమిత్తము లేదు. ఇప్పుడు ముడిబియ్యము తినలేమని తెల్లని మరబియ్యమును కొని తినచున్నారు. తిరుగలి బియ్యపు అన్నము అలవాటగువఱకు తినుటకు కొంత బాధకరముగా నున్నను, ప్రస్తుత పోరాటములో గెలుపొందవలెనన్న అంతకంటె శరణ్యములేదు. అన్నము వండుటలో గూడ గలదు. పచనముచేయుట నేర్చుకొని తిరుగలి బియ్యమును వండినయెడల తినుటకు బాగుగా నుండును.

మన దేశములో ఆహారపదార్థములు తక్కువగుటకు ప్రస్తుత నాగరికతయే కారణముగాని పంటలు పండకపోవుట గాదు. ముగ్గురు మనుజులకు సరిపోవు ముడిబియ్యము ఎన్ని వడ్లు దంచిన వచ్చునో, ఆ వడ్లు మరవేయించిన వచ్చు మరబియ్యము యిద్దరు మనుజులకు సరిపోవును. ఆ ధాన్యమును తిరుగళ్ళలో విసిరించిన ఇంకను ఎక్కువమందికి సరిపోవును. ఒక బస్తా వడ్లు మరవేయిస్తే 44 శేర్ల బియ్యము వచ్చును. దంపిన ముడిబియ్యము 52 శేర్లు వచ్చును. తిరుగలిలో వినరించిన 56 శేర్లు వచ్చును. అంతేగాక ఎంతమందికి ఆ బియ్యము సరిపోవునది, యీ దిగువ వివరింపబడినది.

2 శేర్ల మరబియ్యము 6 గురు మనుజులకు, ముడిబియ్యము 8 మందికి, తిరుగలి బియ్యము 9 మందికి సరిపోవును.

వడ్లు 100 శే
మరబియ్యము 44 శే 132 మంది మనుజులకు సరిపోవును
ముడిబియ్యము 52 శే 208 మంది ,,
తిరుగలిబియ్యము 56 శే 252 మంది ,,

1 బస్తా వడ్లు మరవేయించిన ఎందరు మనుజులకాహారమగునో, అంతకు షుమారు రెట్టింపు మంది మనుజులకు సరిపోవు తిరుగలిబియ్యము వినరించిన వచ్చును. బియ్యము దిగుబాటులో వడ్లనుబట్టి, దంపుడును బట్టి, విసురునట్టి తిరుగలిని బట్టి కొద్ది వ్యత్యాసము కాన్పించినను, మొత్తముమీద యుద్ధానంతరము వరకు ఫ్యాక్టరీలు మూయించి విసురుడు తిరుగళ్ళను నెలకొలిపే యెడల రెట్టింపుమందికి ఆహారము దొరుకును. ఆహార సమన్వయపరిష్కారమునకు తిరుగలిబియ్యమే శరణ్యము.

ఆహారపదార్థముల కన్నిటికి ధరలు విపరీతముగా పెరిగిపోయినవి. సామాన్యజనులకు, కూలిచేసుకొనువారికి చాలకష్టముగానున్నది. కలదుగదా యని బియ్యము మరవేయించుకొని తినినయెడల అనేకు లాహారము లేక మరణింతురు. 'సర్వేజనాః సుఖినోభవంతు' అని వుండవలెనుగాని, 'తిన్ననా పొట్టకు శ్రీరామ రక్ష' యని తలచరాదు. మరబియ్యమును మానినయెడల 'రేషనింగు'తో నిమిత్తముండదు. పనుల చేయించుకొనిగాని, ఉచితముగాగాని, పదుగురి కాహారము లభించునట్లు చూడవలెను. ఫ్యాక్టరీలు మూయించి వడ్లు దంపించినను వినరించినను అనేకమంది కూలీల కాహారము దొరుకును. దీనికి ప్రభుత్వము వారి తోడ్పాటుగూడ అవసరము. తిరుగళ్లు చేయుటకు కొందరు కూలీలకు పని దొరుకును. వరిపంట అభివృద్ధి పొందక పూర్వము మెట్టపైరులు వర్షాధారమున పండు చుండెడివి. వర్షాభావమున పైరులు పండక కరువులు సంస్కృతమగు చుండెడివి. ధాత కరువునకు రేగడి బురద, పెరుగు కలుపుకు తిని కడుపు మంట చల్లార్చుకొని రని వినుచున్నాము. యద్ధానంతరము వరకు మన మందరము మరబియ్యము మాని ముడిబియ్యము తిన్నయెడల 100కి 50 మందికి ఎక్కువగా ఆహారము దొరు

కును. తిరుగలి బియ్యము వాడిన యెడల 100 కి 90 మందికి ఎక్కువగా ఆహారము వచ్చును. వడ్లువినురుటకు కొయ్యతిరుగళ్లు, రాతితిరుగళ్లు వాడబడుచున్నవి. ఏ తిరుగలి వాడినను వాడవచ్చును. ప్రభుత్వము వారి తిరుగళ్లను సహకారసంఘముల ద్వారా ప్రజల కంద జేసి, ఆవశ్యకతను బోధించి, వాడునట్లు చేయవలెను. ప్రజలీ బియ్యమును వాడిన యెడల ప్రస్తుత పోరాటములో జయమొందగలము.

తిరుగలి బియ్యము—పచనము జేయుట

బియ్యమును పండుటకు ముందొక గంటకాలము సిల్లలో నాన బెట్టవలెను. 1 శేరు బియ్యము ఉడుకు పాత్రలో 3 శేర్ల బియ్యము పోసి సావకాశముగా ఉడుకనిచ్చిన యెడల పాత్ర నిండా అన్నము వచ్చును. ఆ అన్నము మృదువుగాను తినుటకు రుచిగాను వుండును. నానబోయక పండినను, శేరుపాత్రకు శేరుబియ్యము పోసి పండినను అన్నము జొన్నకాయల వలె నుండును. పై నియమములను పూర్తిగా పాటించవలెను, తిరుగలి బియ్యము బలమును తృప్తిని, ఆరోగ్యమును గూడనిచ్చును. 'బి' విటమిను దీనియందెక్కువగా గలదు గాన, అది లోపించి నందువలన వచ్చేడి వ్యాధులన్నియు యీ బియ్యపు అన్నము తిడిన నివారణ యగును.

ప్రకృతి చికిత్స గ్రంథములు

ఇతరములకు చందాదాహితములు ఇతరములకు చందాదాహితములు

ఇతరములకు చందాదాహితములు	ఇతరములకు చందాదాహితములు	ఇతరములకు చందాదాహితములు
దూరభ్యాసఖండనములు	0 4 0	0 3 0
శీవపాంస	0 4 0	0 3 0
అనుభవానందము	0 12 0	0 8 0
మహారోగము	0 8 0	0 6 0
పొగచుట్ట - ముక్కు-బొడుం	0 4 0	0 3 0
పొగచుట్టవలని ప్రమాదములు	0 0 6	0 0 6
కలుముంత - సారాపిపా	0 4 0	0 3 0
జ్వరపగవైద్య మొకయూహాశాస్త్రము	0 4 0	0 2 0
టీకాలు వేయరాదు, యెందుకా?	0 2 0	0 2 0
టీకాలననేమి? డాక్టర్లఅభిప్రాయము	0 2 0	0 2 0
టీకాల ఖండన	0 1 0	0 1 0
పాగాకు ప్రమాదములు	0 0 3	0 0 3
ఆరోగ్యవిషయక గ్రంథములు		
స్వాభావిక చికిత్సానియమములు	0 5 0	0 4 0
ఆరోగ్యాదర్శము	0 8 0	0 7 0
ప్రకృతిచికిత్సాఉపన్యాసములు	0 5 0	0 4 0
2 భాగములు, ఒక్కొక్కటి	0 3 0	0 3 0
బాలశీర్షిణులు	0 4 0	0 3 0
శిశుమాతల కొక సంవత్సరము	0 3 0	0 2 0
ఆరోగ్యము - కామేచ్ఛ	0 0 6	0 0 6
దీర్ఘాయువు	0 0 6	0 0 6
సుఖప్రసవము	1 0 0	0 12 0
*ఆరోగ్యతీర్థము	0 0 6	0 0 6
వివిధచికిత్సాగ్రంథములు		
పురుటాలు	1 4 0	1 4 0
*ప్రకృతి ఆరోగ్య వైద్యము	2 8 0	2 0 0
*ప్రకృతి గృహ వైద్యం	1 8 0	1 8 0
దీర్ఘ రోగచికిత్సాసారము	1 8 0	1 0 0
ప్రకృతి చికిత్సాప్రకరము	1 4 0	0 15 0
1. భాగము	1 8 0	1 0 0
2. భాగము	0 6 0	0 4 0
3. భాగము	0 6 0	0 4 0
4. భాగము	0 6 0	0 4 0
5. భాగము	0 6 0	0 4 0
6. భాగము	0 6 0	0 4 0
7. భాగము	1 0 0	0 12 0
ఉపవాసచికిత్స	0 10 0	0 8 0
జ్వరచికిత్స	0 8 0	0 6 0
ధాన్యచికిత్స	0 3 0	0 2 0
బంధితచికిత్స		

ఇతరములకు చందాదాహితములు	ఇతరములకు చందాదాహితములు	ఇతరములకు చందాదాహితములు
మోసాచికిత్స	0 6 0	0 4 0
సంవాహనచికిత్స	0 5 0	0 3 0
రక్తస్రావచికిత్స	0 1 0	0 1 0
వైద్యచికిత్సాగ్రంథము	0 4 0	0 4 0
జాగరణ చికిత్స	0 6 0	0 4 0
నిద్రాశ్రు జ్వర వరోధన	0 6 0	0 4 0
జ్వరవైద్యము	0 6 0	0 4 0
త్రిదోషములు	0 0 6	0 0 6
దీర్ఘాయువు	0 2 6	0 1 6
స్వస్థి చికిత్స	0 2 6	0 1 6
వివిధాధిసాగరము		
వివిధవ్యాధులకు చికిత్సాగ్రంథములు		
చియా	0 12 0	0 8 0
శుక్లవర్ణము	0 4 0	0 4 0
చిల్లిబుర్రము	0 4 0	0 4 0
హిస్టీరియా (మూర్ఛ)	0 4 0	0 4 0
దాంతతరోగము	0 4 0	0 4 0
మధుమేహము	0 4 0	0 4 0
మలబద్ధము		
వేదాంతము, ఇతరములు		
మహారోగము	0 12 0	0 8 0
నిర్వీచారజీవనము	0 8 0	0 5 0
యమ క్రిప్తకాళము	0 8 0	0 5 0
రామత్వస్వామివేదాంతోపన్యాసములు		
1. భాగము	0 8 0	0 5 0
2. భాగము	0 8 0	0 5 0
భగవద్గీతాసారము	0 6 0	0 4 0
మహాదేవమాల	0 1 0	0 1 0
ప్రకృతి వైద్యకటి సంపుటములు		
ప్రకృతి 4,5,6,7,11 సంపుటములు	1 8 0	
ఒక్కొక్కటి	చందాదారులకు	1 2 0
ప్రకృతి 12,13,14,15 సంపుటములు	3 0 0	
ఒక్కొక్కటి	చందాదారులకు	2 8 0
ప్రకృతి 16వ సంపుటము	1 4 0	
	చందాదారులకు	1 0 0
17,18,19,20,21,22,23 సంపుటములు	3 0 0	
	చందాదారులకు	2 8 0

చిరునామా: ప్రకృతి కార్యాలయట్రిపు, బెజవాడ.

ప్రకృతి

సచిత్రసహజ వైద్యమానపత్రిక.

ఈ ప్రకృతి నాగరిక పరిపంచములో మానవుడు ప్రకృతి నియమములను అనుసరింపక తాత్కాలిక కాయము సుఖముల కానపడి వెనుకంటనే దుఃఖము ననుభవించుచున్నాడు. మానవుడు ఈ ప్రకారముగ అనుభవించుచున్న కారీక, మానసిక వ్యాధిబాధలనుండి తప్పించుకొను సాధన లేదో ఈ పత్రిక వివరించును.

మందులు, ఇంజక్షన్లు అవసరము లేకుండా అత్యంతము, త్వర, కృష్ణ, రాచపుండు మొదలగు అసాధ్య వ్యాధులనుకూడ గాలి, సూర్యకిరణములు, జలము, ఉపహాసము, ఫలాహారము, అధః శయనము, బ్రహ్మచర్యము, మట్టి, వ్యాయామము, మద్దన మొదలగువానివలన నిర్మూలించు సులభమగు విధానములను తెలుపును. సంకర చందా రు 3-0-0లు మాత్రమే.

750 పుటలు. **సునిశిత వైద్యము** 100 చిత్ర పటములు

డాక్టరు యి. డి. బ్యాబిట్, M.D., L.L.D., గారిచే అంగ్లాభాషలో వ్రాయబడిన సుప్రసిద్ధ వైద్య గ్రంథమునకు జా. పుచ్చా వెంకటాద్రియ్య, N. D., D. M. గారి భాషాంతరీకరణము. సునిశితములగు సూర్యకిరణచికిత్స, చర్మచికిత్స, యోగనిద్రాచికిత్స మొదలగు విషయము లిందు విపులముగా వివరింపబడినవి. గ్రంథ సాధ్యము కానివిగా వదలివేయబడిన స్పష్టిరహస్యము లనేకములు కాస్త్రీయుముగా వివరింపబడినవి. నిండు కాల్పోయెడు 1కి వెల 4-5-0. ప్రకృతి పత్రిక చందాదారులకు 3-8-0 షాస్త్రీజి ప్రత్యేకము. గ్రంథవిషయసూచిక కోరినవారికి పంపబడును.

ఆరోగ్య తత్వము

డాక్టరు పువ్వాడ పేర్రాజుగారి చేరచింపబడినది వెల రు 1-0-0. ప్రకృతి చందాదారులకు రు 0-12-0. ఆహారమునుగూర్చిన సమస్తము నన్నింటినిగూర్చి - రోగములయొక్క చికిత్స లన్నింటినిగూర్చి ఇది సమగ్రమైన గ్రంథము. ఏమి తనవలెనను సందేహముగలిగినగాని, ఏ వ్యాధిని ఎటుల కుదుర్చుకొనవలె నను ప్రశ్నకుగాని ఈ గ్రంథము సందేహములేకుండ సమాధానము చెప్పెను. ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

క్రొత్త కూర్పు. 34 అధ్యాయములు, 400 పుటలు. **తోటి వైద్యము** సచిత్రము 70 పటములు

అనేక సూతన చిత్రపటము లిందు కేర్పబడి సూతన ఘక్తిని ముద్రింపబడినది. మానే మహర్షి గారి అభినవ వైద్యశాస్త్రము, ముఖవైఖటివిద్య, రోగారోగ్యవిశేషము, శిశుపోషణము అను గ్రంథములలోని ముఖ్యవిషయములు తేటతెల్లముగ వివరింపబడినవి. ప్రశస్తి త్రరములు కేర్పబడినవి. అసలు వెల రు 3-0-0. ప్రకృతి చందాదారులకు, వెల రు 2-8-0.

వివరములకు:—మేనేజరు, ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

